

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./



МЕНЮ

11 ноября 2025 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	4	4,7	14,3	116	0,4
2013	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		7,3	30	0
Итого			358	5,9	9	31,4	231	0,4
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,3	5,6	10,7	110	9,2
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	8,9	9,2	148	0,4
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,5	4,2	22	136	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			516	16	21,9	62,6	515	10,2
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	145	17,1	11	14	225	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	50			5,7	22	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			375	19,7	11,3	55,1	402	0,4
Всего				41,6	42,2	149,1	1148	11

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю



Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

11 ноября 2025 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	8,8	9,2	34,7	257	1,29
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		8,4	35	0
Итого			439	10,4	19,3	52,1	424	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,2	4,6	15,6	124	13
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	19,7	5	0,6	127	12,6
2003	325	РИС ОТВАРНОЙ	120	3	5	26,2	162	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17,1	83	0
Итого			660	30,1	17,9	69,5	564	26,2
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	135	18,7	12,6	15,7	253	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	42	3,6	0,4	41,3	183	0
Итого			437	22,3	13	73,3	501	0,4
Всего				62,8	50,2	194,9	1489	27,89

Медицинская сестра

Волкова А.И.