

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./

МЕНЮ

12 августа 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								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	2,8	3,7	14,6	103	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
Итого			348	4,5	8	30,8	214	0,2
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4	5,3	12,6	119	11,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	9,2	11,9	11,7	188	0,3
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	2,8	27,4	145	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	12,5	60	0
Итого			575	18,3	23,2	72,2	572	12,4
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	110	12,7	11,5	18,2	230	0,2
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	29	2	2,3	15,5	92	0,1
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	28	2,4	0,2	27	120	0
Итого			317	17,1	14	66,5	465	0,3
Всего				39,9	45,2	169,5	1251	12,9

Медицинская сестра

Волкова А.И,

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б./



МЕНЮ

12 августа 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								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	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	7,5	18,1	44,1	370	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,3	5,3	15,1	131	12,6
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	19,7	5	0,6	127	12,6
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	8,8	32,3	220	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	37	2,5	0,3	15,9	76	0
Итого			667	30,1	22,3	73,9	622	25,8
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	22,7	18	20,7	339	0,4
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	35	2,4	2,9	18,8	111	0,2
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			425	28,5	21,2	86,7	655	0,6
Всего				66,1	61,6	204,7	1647	27,69

Медицинская сестра

Волкова А.И.