



Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	4,7	5,4	19,2	145	0,6
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	6,4	9,7	35,4	256	0,6
Обед								
2016	110	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,7	2	11	71	8,3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/25	14,6	16,6	5	227	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,5	60	0
Итого			505	22	22,1	55,1	508	9,1
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,2	3,1	10,2	79	8,6
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,1	3,3	28,8	160	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,5	0,3	29,1	129	0
Итого			380	8,8	6,7	73,9	391	8,6
Всего				37,2	38,5	164,4	1155	18,3

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.



Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	4,9	5,4	26	173	0,6
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	6,5	15,5	43,4	340	0,6
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,2	5,7	12	112	8,6
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	60/30	19,8	21,7	13,7	328	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,8	25	153	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,9	76	0
Итого			647	28,9	31,5	74,4	700	9,6
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	3,4	4,3	15,3	114	12
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,1	3,3	28,8	160	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			498	10,9	7,9	91,3	479	12
Всего				46,3	54,9	209,1	1519	22,2

Медицинская сестра

Волкова А.И.