

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б.

МЕНЮ

15 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								
2016	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	150/2	3,1	3,2	17,1	109	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			357	4,8	7,5	33,9	222	0,3
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/6	1,3	4	7,5	75	3,9
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,3	10,8	7,7	159	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	55	1,3	2,2	5,6	49	11,7
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	1,2	2,4	8,4	60	4,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	32	2,1	0,3	13,4	65	0
Итого			503	14,2	19,7	48,4	431	20
Полдник								
2016	231	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	225	14,8	15,7	1,9	208	0,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,6	3,3	25,4	143	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	24	2,1	0,2	23,8	105	0
Итого			433	19,7	19,3	62,8	503	0,1
Всего				38,7	46,5	145,1	1156	20,4

Медицинская сестра

Волкова А.И.



Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

15 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								
2016	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	7	8,1	34,6	242	1,29
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,3	14	113	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			424	9,3	13,4	56,5	386	1,29
Обед								
2008	22	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	3,4	15,7	108	8
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	78	21,9	5,6	0,6	141	13,99
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	1,2	2,4	8,4	60	4,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,4	2,4	6,1	53	12,7
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			638	29,7	14,2	55,6	475	38,79
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	11,4	18,7	2,9	226	0,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
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			440	17,1	21,9	72,4	556	0,2
Всего				56,1	49,5	184,5	1417	40,28

Медицинская сестра

Волкова А.И.