



МЕНЮ
19 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	4	4,7	14,3	116	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,5	4,3	9,4	83	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		7,3	30	0
Итого			358	5,8	9	31	229	0,4
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,2	5,4	9,9	104	9
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	55/50	11	26,2	3,4	295	1
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,5	4,2	22	136	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,9	62	0
Итого			541	18,7	36,1	54	620	10
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	190	25,2	15	15,4	302	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	23	2	0,2	22,9	102	0
Итого			413	27,2	15,2	49,9	450	0,4
Всего				51,7	60,3	134,9	1299	10,8

Медицинская сестра

Волкова А.И,



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

19 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								
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	4,1	4,9	14,7	124	12,7
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	55/50	10,9	26,2	3,2	293	0,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	120	3	5	26,2	162	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			664	20,6	36,4	68,3	689	13,5
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	21,3	13,9	14,7	273	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	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			450	24,7	14,2	70,3	512	0,4
Всего				55,7	69,9	190,7	1625	15,19

Медицинская сестра

Волкова А.И.