

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,8	5,2	28,5	177	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,6	84	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	175			5,9	24	0
Итого			353	5,4	9,5	44	285	0,1
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	2,2	1,7	17,3	93	2,1
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	60	14,7	15,2	6,3	220	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	29	1,9	0,3	12,4	60	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
Итого			489	22,5	20,4	62,6	523	2,8
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/3	2,8	4,2	28,8	164	0,1
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2	0,1	13,3	53	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	21	1,8	0,2	20,2	89	0
Итого			364	6,3	6,5	77,2	389	0,1
Всего				34,2	36,4	183,8	1197	3

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

20 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,1	7,8	37,7	243	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			429	6,4	17,9	54,6	406	0,2
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	3,9	5,3	28,9	178	5,7
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	70	17,1	17,4	7,6	256	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,2	27	165	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,7	76	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			637	28,3	27,2	87	706	6,4
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/3	4,4	5	23,3	157	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	2,1	2,7	20,4	114	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			443	8,2	7,9	71,3	389	0,5
Всего				42,9	53	212,9	1501	7,1

Медицинская сестра

Волкова А.И.