

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Ауварова В.Б./



МЕНЮ

26 декабря 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	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	170	5,8	6,2	25,3	182	0,7
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
Итого			345	7,6	10,6	46,8	314	0,7
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	150	2,8	5,2	7,4	91	6,7
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,6	10,8	9,2	172	0,5
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,5	2,8	22,6	130	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			490	17,9	19,1	57,7	477	7,2
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,5	4,3	15,8	117	0,4
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			323	5,2	4,5	41,4	228	0,4
Всего				30,7	34,2	145,9	1019	8,3

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./



МЕНЮ

26 декабря 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	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	185	6,4	7	29,6	208	0,7
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,9	24	0
Итого			421	7,7	17,1	44,5	364	0,7
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	4,7	8,3	14,8	160	11,9
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	79	25,2	6,4	0,7	163	16,09
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	7,7	30,7	211	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	15,9	77	0
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
Итого			847	41,4	26,6	85,1	755	28,49
Полдник								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	1,29
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	39	3,3	0,3	38,4	170	0
Итого			442	9,2	8,3	72	401	1,29
Всего				58,3	52	201,6	1520	30,48

Медицинская сестра

Вз

Волкова А.И.