

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

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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,2	3,8	17,5	118	0,4
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			347	4,9	8,1	33,7	229	0,4
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	2,9	1,8	22,7	119	4,9
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	60	16,3	17,3	10,4	262	1
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	3,1	2,4	12,8	87	26,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			490	24,3	21,8	64,4	552	32,2
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,2	11,6	12,1	167	10,35
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			380	9,6	14,1	79,9	486	10,35
Всего				38,8	44	178	1267	42,95

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

27 ноября 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,6	5,2	23,9	162	0,6
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,5	32	0
Итого			439	6,2	15,3	40,4	326	0,6
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5,7	5,7	44,5	252	13
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	70	19,4	20,7	13,1	316	1,3
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	3,2	6	13	121	28,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,9	32	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16	77	0
Итого			633	30,8	32,7	94,5	798	42,9
Полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	135	1,9	4,2	11,1	89	10,1
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			8	32	0
2008	432	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,8	0,2	20,1	89	0
Итого			405	7,3	6,5	65,8	351	10,1
Всего				44,3	54,5	200,7	1475	53,6

Медицинская сестра

Волкова А.И.