

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

30 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								
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	3,1	1,8	23,7	124	5,2
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	60	18,3	19,3	10,4	288	1,1
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,5	2,4	14,8	97	26,9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			510	26,9	23,8	67,4	593	33,2
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,2	11,6	12,1	167	10,35
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	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			350	7,5	14	68,2	428	10,35
Всего				39,3	45,9	169,3	1250	43,95

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.,

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,5	5,2	23,5	160	0,6
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,4	31	0
Итого			439	6,1	15,3	39,9	323	0,6
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5,7	5,6	43,7	248	12,8
2008	311	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	70	21,2	22,4	12,8	336	1,3
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	3,2	5,9	13,1	121	28
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			633	32,6	34,2	93,5	814	42,1
Полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2	4	11,9	93	10,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	31	2,3	3	22,7	127	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			401	6	7,2	62,2	338	10,2
Всего				44,7	56,7	195,6	1475	52,9

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.,