

Утверждаю



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

МЕНЮ

31 июля 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	4,7	5,4	19,2	145	0,6
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			348	6,4	9,7	35,4	256	0,6
Обед								
2016	110	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,7	2,1	11,1	72	8,3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/25	14	16	5	219	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			505	21,4	21,6	55,4	502	9,1
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	120	2,2	3,1	10,2	79	8,6
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			350	8,4	5,5	72,1	374	8,6
Всего				36,2	36,8	162,9	1132	18,3

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.,

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕИЮ

31 июля 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	5,7	6	27,3	187	0,7
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	7,3	16,1	44,7	354	0,7
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,1	5,2	11,9	106	8,6
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	60/30	19	20,9	14,1	319	0,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	5	4,3	28,3	173	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,3	78	0
Итого			663	28,6	30,7	78,4	707	9,5
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	180	3,5	4,3	15,8	117	12,1
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			478	10,5	6,7	89,6	463	12,1
Всего				46,4	53,5	212,7	1524	22,3

Медицинская сестра

Волкова А.И,