

Утверждаю

Заведующий

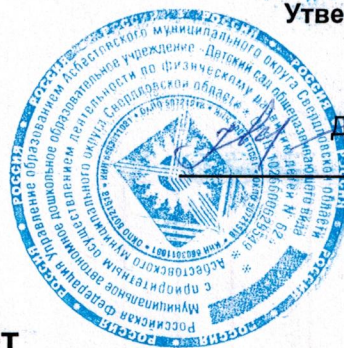
Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

19 января 2026 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	3,9	5,3	29,3	181	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,2	29	0
Итого			358	5,7	9,6	46,3	295	0,1
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	2,8	5,6	9,3	104	3,6
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/50	13	22,2	3,4	266	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,5	185	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			540	24,3	33,3	65,6	663	4,6
Полдник								
1991	37	ГОРОШНИЦА	150	3,1	5,4	20,3	141	5
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,3	6,2	27,9	180	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	9,2	12	89,4	499	5
Всего				39,2	54,9	201,3	1457	9,7

Медицинская сестра

Волкова А.И.



Утверждаю

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



МЕНЮ

19 января 2026 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	7,9	38,6	247	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	18	55,5	410	0,2
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,7	3,2	11	81	4,2
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	50/50	13	22,4	3,2	268	0,8
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	4	32,8	179	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			670	20,4	30	71,8	640	5
Полдник								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	4,1	7,2	27	188	6,65
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,3	6,2	27,9	180	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39	173	0
Итого			490	10,8	13,7	101,8	572	6,65
Всего				37,6	61,7	229,1	1622	11,85

Медицинская сестра

Волкова А.И.