

Утверждаю



Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./

МЕНЮ

26 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	28,9	179	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	175			5,9	24	0
Итого			353	5,5	9,6	44,6	288	0,1
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	2,9	1,8	22,7	119	4,9
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	70	17,8	18,4	6,4	261	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,7	27	0
Итого			500	26,4	23,7	69,3	595	5,7
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/3	4,2	5	22,8	153	0,5
1990	8	БУЛОЧКА ВИТАЯ	50	3,3	6,2	27,8	179	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2	0,1	13,3	53	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			393	9,4	11,5	83,6	472	0,5
Всего				41,3	44,8	197,5	1355	6,3

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б./



МЕНЮ

26 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	7,7	37,2	240	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	6,3	17,8	54,1	403	0,2
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5,6	5,6	44,6	251	12,6
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	80	20,4	20,6	8,5	300	0,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,2	27	165	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,3	16,8	81	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			650	33,4	30,7	104,7	828	13,5
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/3	4,1	4,9	22,9	153	0,5
1990	8	БУЛОЧКА ВИТАЯ	50	3,3	6,2	27,8	179	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			473	9,1	11,3	78,3	450	0,5
Всего				48,8	59,8	237,1	1681	14,2

Медицинская сестра

Волкова А.И.