

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 февраля 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,9	4,6	14,9	118	0,4
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,2		8,1	33	0
Итого			347	6,5	9	37,7	260	0,4
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150/7	2,7	3,5	6,9	73	5,1
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	8,9	3,1	4,3	81	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,3	4,8	16,5	119	8,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			487	15,9	11,7	46,2	357	13,5
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,5	23,9	2,7	284	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			340	16,4	24,2	35,7	424	0
Всего				38,8	44,9	119,6	1041	13,9

Медицинская сестра Волкова А.И.

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 февраля 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,3	6,1	19,8	156	0,5
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,3	14,6	116	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		7,4	31	0
Итого			441	8	11,4	41,8	303	0,5
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	3,5	6,5	10,8	118	7,8
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	65	11,4	4,4	6	108	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,1	4,5	21,6	139	10,5
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	41	2,7	0,4	17,3	84	0
Итого			636	20,7	15,8	63,5	480	18,6
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	14,9	24,7	2,8	293	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	37	3,1	0,3	36,1	160	0
Итого			392	18	25	46,8	484	0
Всего				46,7	52,2	152,1	1267	19,1

Медицинская сестра Вз Волкова А.И.