

Утверждаю

Заведующий  
Детский сад № 62  
Гуварова В.Б./



# МЕНЮ

24 февраля 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          |                     | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>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<br>ГРЕНКАМИ                                     | 150   | 2,9               | 1,8     | 22,7             | 119                                      | 4,9                   |
| 2008                          | 319                 | КНЕЛИ ИЗ КУР                                                            | 60    | 14,7              | 15,2    | 6,4              | 220                                      | 0,7                   |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>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                         |                     |                                                                         | 490   | 23,3              | 20,5    | 68,4             | 550                                      | 5,6                   |
| Полдник                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                             | 150/3 | 4,2               | 5       | 22,8             | 153                                      | 0,5                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                           | 170   | 0,2               | 0,1     | 13,3             | 53                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ -<br>МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ | 20    | 1,7               | 0,2     | 19,7             | 87                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 343   | 6,1               | 5,3     | 55,8             | 293                                      | 0,5                   |
| Всего                         |                     |                                                                         |       | 34,9              | 35,4    | 168,8            | 1131                                     | 6,2                   |

Медицинская сестра

*Ры*

Волкова А.И.



Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./



# МЕНЮ

24 февраля 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2007                          |                     | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                                         | 200/5 | 5,1               | 7,8     | 37,7             | 243                                      | 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               | 17,9    | 54,6             | 406                                      | 0,2                   |
| Обед                          |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2016                          | 106                 | СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>ГРЕНКАМИ                                     | 200   | 5,6               | 5,5     | 49,3             | 270                                      | 8                     |
| 2008                          | 319                 | КНЕЛИ ИЗ КУР                                                            | 80    | 19                | 18,7    | 14,6             | 302                                      | 0,8                   |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ                                          | 130   | 4,8               | 4,2     | 27               | 165                                      | 0                     |
| 2016                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                                             | 200   |                   |         | 7,8              | 31                                       | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ                                                          | 37    | 2,5               | 0,3     | 15,8             | 76                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 647   | 31,9              | 28,7    | 114,5            | 844                                      | 8,8                   |
| Полдник                       |                     |                                                                         |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                             | 200/3 | 4,1               | 4,9     | 22,9             | 153                                      | 0,5                   |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ -<br>МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ | 20    | 1,7               | 0,2     | 19,7             | 87                                       | 0                     |
| 2016                          | 411                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                           | 200   |                   |         | 7,9              | 31                                       | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                         | 423   | 5,8               | 5,1     | 50,5             | 271                                      | 0,5                   |
| Всего                         |                     |                                                                         |       | 44,1              | 51,7    | 219,6            | 1521                                     | 9,5                   |

Медицинская сестра

*Ву*

Волкова А.И.