

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

26 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	3	4	16,3	112	0,3
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	4,7	8,3	32,5	223	0,3
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	1,5	4,5	9,1	87	6,5
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/25	13,6	15,9	1,4	203	0,8
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,5	4,2	22	136	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	19,6	24,9	51	510	7,3
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	1,9	2,5	11,2	77	9,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	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	6	4,8	61,4	314	9,2
Всего				30,3	38	144,9	1047	16,8

Медицинская сестра Вз Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Лаврова В.Б./



МЕНЮ

26 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	3,4	4,1	23,5	145	0,3
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	5	14,2	40,9	312	0,3
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2	4,5	11,7	97	8,6
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	60/30	18,6	20,4	11,3	303	0,9
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	8,8	32,3	220	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17,1	82	0
Итого			660	26,4	34,1	80,2	733	9,5
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	195	2,7	3,6	15,4	105	12,2
2008		ПЕЧЕНЬЕ	27	2,1	2,7	20,4	115	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			470	8,2	6,6	83	425	12,2
Всего				39,6	54,9	204,1	1470	22

Медицинская сестра

Волкова А.И.