

Утверждаю

Заведующий
 Детский сад № 62
 Дуварова В.Б./

МЕНЮ

7 мая 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	4	4,9	18,2	133	0,5
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	5,7	9,2	34,4	244	0,5
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	1,4	4,5	8,3	83	6,1
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	45/25	12,4	14,5	5,9	204	0,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	2,8	22,8	131	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			500	19,4	22,1	55,5	502	6,6
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,6	3,6	12,4	94	9,3
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			330	5,2	3,9	47,7	248	9,3
Всего				30,3	35,2	137,6	994	16,4

Медицинская сестра _____

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./

МЕНЮ

7 мая 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	5,7	6,1	27,4	188	0,7
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		7,6	31	0
Итого			439	7,2	16,2	44	351	0,7
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2	5,7	11	108	8,1
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	55/30	18,2	19,7	17,7	321	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	4	27,9	166	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17	82	0
Итого			645	27,3	29,8	81,4	708	8,8
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	190	3,7	5,1	16,9	128	12,4
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			438	7,1	5,4	64,1	333	12,4
Всего				41,6	51,4	189,5	1392	21,9

Медицинская сестра

Волкова А.И.