

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Лаврова В.Б./



МЕНЮ

9 апреля 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	3,8	4,7	17,9	130	0,4
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	5,5	9	34,1	241	0,4
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	50/25	13,9	16	4,6	217	0,6
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			505	20,9	23,6	54,2	515	6,7
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	2,6	3,6	12,4	94	9,3
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	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			380	8,8	6	74,3	389	9,3
Всего				35,2	38,6	162,6	1145	16,4

Медицинская сестра _____

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./



МЕНЮ

9 апреля 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	5,8	6,1	27,5	189	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	7,3	16,2	44,1	352	0,7
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	1,8	4,9	10,8	97	8,1
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	55/30	17,8	19,7	12,5	297	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	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			643	26,5	28,9	75,2	669	8,8
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	170	3,2	4,8	15,6	119	12
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	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			468	10,2	7,2	89,4	465	12
Всего				44	52,3	208,7	1486	21,5

Медицинская сестра

Волкова А.И.