

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Гварова В.Б./

# МЕНЮ

13 апреля 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,9	5,3	29,3	181	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,2	29	0
<b>Итого</b>			<b>358</b>	<b>5,7</b>	<b>9,6</b>	<b>46,3</b>	<b>295</b>	<b>0,1</b>
<b>Обед</b>								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	2,9	5,7	9,4	104	3,2
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	16,2	16,8	8,2	247	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,7	3,7	21,1	136	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>26,3</b>	<b>29,4</b>	<b>59,4</b>	<b>608</b>	<b>4,4</b>
<b>Полдник</b>								
1991	37	ГОРОШНИЦА	150	13,3	3,4	27,8	195	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,9	5,5	29,8	184	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>20</b>	<b>9,3</b>	<b>98,8</b>	<b>557</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>52</b>	<b>48,3</b>	<b>204,5</b>	<b>1460</b>	<b>4,5</b>

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий  
Детский сад № 62  
Иварова В.Б./



# МЕНЮ

13 апреля 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,3	8	39,7	253	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
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>6,6</b>	<b>18,1</b>	<b>56,6</b>	<b>416</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,6	3,7	10,2	85	3,1
2016	323	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	19,4	21,5	12,5	321	0,7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,3	5,1	28,5	186	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,8	4,4	3,2	55	0,9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	15,9	77	0
<b>Итого</b>			<b>683</b>	<b>30,6</b>	<b>35</b>	<b>78,1</b>	<b>755</b>	<b>4,7</b>
<b>Полдник</b>								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	17,8	4,5	37,2	260	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,8	5	29,8	180	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>25</b>	<b>9,8</b>	<b>114,2</b>	<b>645</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>62,2</b>	<b>62,9</b>	<b>248,9</b>	<b>1816</b>	<b>4,9</b>

Медицинская сестра

Волкова А.И.