



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

20 апреля 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								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ 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 ГРЕНКАМИ	150	2	1,5	18,9	97	3,4
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	60	14,7	15,4	6,4	221	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	2	22,8	124	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
Итого			490	22,3	19,2	66,6	526	4,1
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/3	4,2	5	22,8	153	0,5
1990	8	БУЛОЧКА ВИТАЯ	50	4	4	28,3	165	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2	0,1	13,3	53	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			393	10,1	9,3	84,1	458	0,6
Всего				37,9	38,1	195,3	1272	4,8

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ

20 апреля 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,1	7,8	37,6	242	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	54,5	405	0,2
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4,3	5,1	38	215	10,5
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	85	17,9	18,3	9,2	273	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,1	30,3	177	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			654	29,6	27,8	101,9	776	11,3
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/3	4	4,7	22,7	150	0,5
1990	8	БУЛОЧКА ВИТАЯ	50	3,9	3,2	28,2	157	0,1
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			473	9,6	8,1	78,5	425	0,6
Всего				45,6	53,8	234,9	1606	12,1

Медицинская сестра

Волкова А.И.