

Утверждаю

Заведующий
 Детский сад № 62
 /Уварова В.Б./



МЕНЮ

22 апреля 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	2,6	3,9	16	110	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	4,3	8,2	32,2	221	0,3
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	150	4,7	5,5	23	163	2,7
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	8,9	9,2	148	0,4
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,9	3,5	18,4	117	8,8
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			500	17,3	18,2	69,1	512	11,9
Полдник								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,4	3,3	14,1	101	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			370	5,3	3,6	45,5	235	0,4
Всего				26,9	30	146,8	968	12,6

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ
22 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,1	4,9	22,9	153	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		8,6	35	0
Итого			439	5,6	15	40,5	320	0,5
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	200	8	7	33,4	231	4,2
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	17,5	19,6		246	0,7
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,6	4,6	22,9	148	11
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			660	31,7	31,6	81	737	15,9
Полдник								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,7	3,5	14,5	105	0,4
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
Итого			440	7,1	3,8	61,7	310	0,4
Всего				44,4	50,4	183,2	1367	16,8

Медицинская сестра

В

Волкова А.И.