

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Гуварова В.Б./



МЕНЮ

27 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	5,2	7,9	38,7	247	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	6,5	18	55,6	410	0,2
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,8	3,6	10,9	87	3
2016	323	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	18,9	21	10,5	306	0,7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,3	5,1	28,5	186	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	61	1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,6	0,4	16,9	81	0
Итого			690	30,5	35	78,2	752	4,7
Полдник								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	17,8	4,5	37,2	260	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
Итого			440	21,2	4,8	84,4	465	0
Всего				58,2	57,8	218,2	1627	4,9

Медицинская сестра Вз. Волкова А.И.

