

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ
27 мая 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								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	4,3	4,8	16,7	128	0,4
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	0,1		7,3	30	0
Итого			347	6,8	9,2	38,7	267	0,4
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150/7	2,6	4,6	6,4	80	4,9
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	25	6	2,9	4	68	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,3	4	16,5	112	8,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			462	12,9	11,8	45,4	344	13,1
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,5	23,9	2,7	284	0
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			340	16,4	24,2	35,7	424	0
Всего				36,1	45,2	119,8	1035	13,5

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Луварова В.Б./

МЕНЮ

27 мая 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		
Завтрак								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	6,1	6,5	23,6	178	0,6
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,3	5,3	14,4	115	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		6,6	27	0
Итого			441	8,6	11,8	44,6	320	0,6
Обед								
2002	5	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	3,4	7	9,9	119	7,3
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	40	9,1	4,3	7,1	102	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,1	3,4	21,6	129	10,5
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			608	18,1	15	62,6	459	17,9
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	9,2	12,7	2,4	160	0,2
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			350	10,9	12,9	30	278	0,2
Всего				37,6	39,7	137,2	1057	18,7

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.