

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ

28 апреля 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	4	4,7	14,3	116	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		6,3	26	0
Итого			358	5,7	9	30,4	227	0,4
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,7	5,7	12,7	119	10,1
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	55/50	13,2	22,2	4,5	271	1,3
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,4	3,9	25,8	148	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			541	21,3	32,1	61,5	622	11,4
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	130	16	10,3	19,6	237	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	50			5,7	22	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			360	18,6	10,6	60,7	414	0,4
Всего				45,6	51,7	152,6	1263	12,2

Медицинская сестра _____

Волкова А.И.

