

Утверждаю

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



МЕНЮ

30 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	3,2	3,8	17,5	118	0,4
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			347	4,9	8,1	33,7	229	0,4
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	3,1	2,7	23,7	133	5,2
2008	292	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	55	16,1	17,4	9,5	259	0,6
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	105	3,1	2,8	12,8	91	25,9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			490	24,3	23,2	64,5	567	31,7
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			380	6,9	4,3	56,4	291	0,5
Всего				36,1	35,6	154,6	1087	32,6

Медицинская сестра _____

Волкова А.И.

Утверждаю

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



МЕНЮ

30 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	3	3,9	20,9	131	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		6,6	27	0
Итого			439	4,5	14	36,5	290	0,3
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5,3	5,9	41,6	241	12,4
2008	292	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	65	18,8	19,2	10,9	291	0,7
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,1	5,9	12,6	118	27,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			624	29,8	31,3	89,5	761	40,7
Полдник								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,3	3,3	14	99	0,4
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			420	5	3,5	41,6	217	0,4
Всего				39,3	48,8	167,6	1268	41,4

Медицинская сестра

Волкова А.И.