

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
(Уварова В.Б.)

МЕНЮ

11 марта 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								
2003	1	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	3,2	4,4	17,1	122	0,4
2016		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	4,9	8,7	33,3	233	0,4
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	150	4,6	5,3	22,5	159	2,5
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	9,9	9,2	157	0,4
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,5	4,3	16,3	113	4
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			500	16,8	19,8	66,5	513	6,9
Полдник								
2016	100	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	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			370	6	4,2	46,6	247	0,5
Всего				27,7	32,7	146,4	993	7,8

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Гуварова В.Б./

МЕНЮ

11 марта 2026 г.

Сад с 3-х до 7 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,1	4,9	22,8	152	0,5
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		9,3	38	0
Итого			439	5,7	15	41,1	322	0,5
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	200	7,7	6,3	30,7	213	3,5
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	69	19,5	5	0,6	126	12,47
2008	335	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	5,4	20,3	141	5
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			656	32,8	17	75,1	587	20,97
Полдник								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,1	112	0,5
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39	173	0
Итого			440	7,5	4,2	61,9	316	0,5
Всего				46	36,2	178,1	1225	21,97

Медицинская сестра

В

Волкова А.И.