

Утверждаю



Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

2 сентября 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								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	150	2,9	5	9,6	97	7
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,7	8,9	9,2	148	0,4
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,5	2	22,6	123	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			480	16,1	16,2	59,9	452	7,4
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				39,3	49,6	134,3	1143	7,8

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

2 сентября 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								
2007		КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/5	5,3	6,1	19,8	156	0,5
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,3	14,9	117	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		6,6	27	0
Итого			441	7,9	11,4	41,3	300	0,5
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	4,2	6,4	15,3	138	9,7
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	17,5	19,6		246	0,7
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	7,7	30,7	211	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			638	29,1	34	70	704	10,4
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,1	14,5	2,5	185	0,2
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	21	1,8	0,2	20,2	89	0
Итого			371	12,9	14,7	30,6	305	0,2
Всего				49,9	60,1	141,9	1309	11,1

Медицинская сестра

Волкова А.И.