Утверждаю

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

МЕНЮ

3 августа 2026 г.

Ясли с 1 до 3-х лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,8	5,2	28,9	179	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,2	29	0
Итого			**358**	**5,6**	**9,5**	**45,9**	**293**	**0,1**
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	3	5,8	9,8	108	3,5
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	16,6	17,3	7,4	250	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,7	3,7	21,1	136	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,2	1,8	2	25	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	31	2	0,3	13	62	0
Итого			**531**	**26,5**	**28,9**	**59,1**	**604**	**4,7**
Полдник								
1991	37	ГОРОШНИЦА	150	13,3	3,4	27,8	195	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,9	5,5	29,8	184	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	27	2,3	0,2	26,2	116	0
Итого			**377**	**19,7**	**9,2**	**95,5**	**542**	**0**
Всего				**51,8**	**47,6**	**200,5**	**1439**	**4,8**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 августа 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,1	7,8	38,4	246	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	31	0
Итого			**429**	**6,4**	**17,9**	**55,3**	**409**	**0,2**
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,3	3,6	14,7	104	5,3
2016	323	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	19,4	21,8	9,1	310	0,9
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,3	5,1	28,5	186	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,4	2,9	3,5	42	0,9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	39	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			**689**	**31**	**33,7**	**80**	**752**	**7,1**
Полдник								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	17,8	4,5	37,2	260	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,9	5	29,8	180	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			**490**	**25,1**	**9,8**	**114,2**	**645**	**0**
Всего				**62,5**	**61,4**	**249,5**	**1806**	**7,3**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.