



МЕНЮ

4 августа 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	3,4	4,1	13	102	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,7	4,3	10,4	88	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		6,4	26	0
Итого			358	5,2	8,4	29,8	216	0,2
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,4	5,6	10,8	112	10,3
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	29	1,9	0,3	12,5	60	0
Итого			540	20,9	32	59,4	614	11,6
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	215	33	18,7	22	394	0,5
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	32	2,7	0,3	31,2	138	0
Итого			447	35,7	19	64,8	578	0,5
Всего				61,8	59,4	154	1408	12,3

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ

4 августа 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	8,8	9,2	34,7	257	1,29
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		7,8	32	0
Итого			439	10,3	19,3	51,5	421	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,5	5,2	16,9	137	14
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	55/50	13,1	22,2	4,3	270	1,1
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,8	4,7	29,9	174	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,4	0,3	15,7	75	0
Итого			662	22,8	32,4	74,6	687	15,1
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	22,5	14,7	22,8	316	0,4
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	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			450	25,9	15	78,4	555	0,4
Всего				59	66,7	204,5	1663	16,79

Медицинская сестра

Волкова А.И.