

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

11 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								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	2,7	3,6	14,4	101	0,2
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			348	4,4	7,9	30,6	212	0,2
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,8	5,8	12,7	127	12,2
2008	292	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	65	12,9	21,1	13,2	295	0,4
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	3,5	27,4	152	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	0,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	31	2	0,3	13	62	0
Итого			586	22,8	33,6	74,3	696	13,2
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	135	17	11,4	19	249	0,3
2002	60	КИСЕЛЬ	60			8,4	34	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	32	2,7	0,3	31,2	138	0
Итого			377	19,7	11,7	64,4	444	0,3
Всего				46,9	53,2	169,3	1352	13,7

Медицинская сестра

Волкова А.И.



МЕНЮ

11 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								
2007		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	1,29
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		7,7	31	0
Итого			439	7,4	18,1	43,4	366	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	5,1	5,8	15,2	139	13,3
2008	259	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	55/50	13,3	22,6	4,3	275	1,1
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	6,8	32,3	202	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,3	78	0
Итого			673	24	35,5	75,9	725	14,4
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	22,7	15,9	20,7	319	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	26,1	16,2	76,3	558	0,4
Итого				57,5	69,8	195,6	1649	16,09

Медицинская сестра

Волкова А.И.