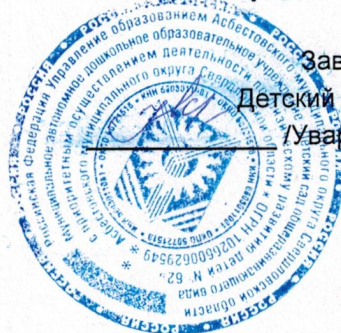


Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./



МЕНЮ

13 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	4,6	5,4	19,1	144	0,6
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,5	4,3	9,4	83	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,5	26	0
Итого			348	6,2	9,7	35	253	0,6
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	1,7	4	9,4	83	6,9
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50/25	14,6	16,6	5	227	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,6	2,8	22,8	131	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	29	1,9	0,3	12,3	59	0
Итого			504	21,8	23,7	55,3	523	7,7
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	155	2,3	3,6	10,3	84	9,5
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	29	2,5	0,2	28,2	125	0
Итого			384	8,4	5,9	70,9	373	9,5
Всего				36,4	39,3	161,2	1149	17,8

Медицинская сестра

Волкова А.И.



МЕНЮ

13 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	6,1	6,4	28	194	0,8
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	7,6	16,5	44,7	357	0,8
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,2	5,3	12,7	112	9,3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	60/30	19,8	21,7	13,3	326	1
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	4	27,9	166	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,4	0,3	15,6	75	0
Итого			647	28,8	31,3	77,3	710	10,3
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	3,4	5	15,4	120	12
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,6	2,1	26,6	141	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			498	10,4	7,4	89,2	466	12
Всего				46,8	55,2	211,2	1533	23,1

Медицинская сестра

Волкова А.И.