



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

17 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	1,8	2,8	13,1	85	0
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	3,6	7,1	30,1	199	0
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	3	5,8	10,2	109	3,6
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	15,8	16,5	7	239	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	30	2	0,3	12,9	62	0
Итого			530	25,7	28,1	59	594	4,8
Полдник								
1991	37	ГОРОШНИЦА	150	13,3	3,4	27,8	195	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,8	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	26,4	117	0
Итого			377	19,6	9,2	95,7	543	0
Всего				48,9	44,4	184,8	1336	4,8

Медицинская сестра Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Аварова В.Б./



МЕНЮ

17 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	215/5	4,9	6,7	21,5	168	0,5
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			444	6,2	16,8	38,4	331	0,5
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,2	3,5	14,2	100	5
2016	323	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	18,6	20,9	8,5	296	0,7
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	30,1	32,7	78,9	734	6,6
Полдник								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	17,8	4,5	37,2	260	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,8	5	29,8	179	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	9,8	114,2	644	0
Всего				61,3	59,3	231,5	1709	7,1

Медицинская сестра

Волкова А.И.