

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Уварова В.Б./

МЕНЮ

18 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	3,9	4,6	14	113	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,7	4,3	10,3	87	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1		6,3	26	0
Итого			358	5,7	8,9	30,6	226	0,3
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150/6	3,3	5,5	10,4	107	9,8
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	55/50	13,2	22,7	3,3	271	0,9
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	31	2,1	0,3	13,3	64	0
Итого			542	21	32,4	58,6	613	10,7
Полдник								
2007	1	ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА	140	17,8	11,2	19,9	253	0,4
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	29	2,4	0,2	28,1	124	0
Итого			369	20,2	11,4	59,6	423	0,4
Всего				46,9	52,7	148,8	1262	11,4

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./



МЕНЮ

18 августа 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет

Сбор- ник ецеп- 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		7,7	31	0
того			439	10,3	19,3	51,4	420	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	4,4	4,9	15,8	130	13,5
2008	259	ГУЛЯШ МЯСНОЙ	55/50	13,4	22,7	4,3	276	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	40	2,6	0,3	16,8	81	0
того			665	23,2	32,6	74,6	692	14,6
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
того			450	25,9	15	78,4	555	0,4
того				59,4	66,9	204,4	1667	16,29

Медицинская сестра

[Signature]

Волкова А.И.