



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./

МЕНЮ
20 июля 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	9,5	84	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,2	29	0
Итого			358	3,6	7,1	29,8	198	0
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	3,2	5,9	10,2	113	3,7
2008		БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	125	22,6	22,8	12,5	346	1,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,7	3,7	21,1	136	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	29	1,9	0,3	12,5	60	0
Итого			594	32,9	35,6	64,3	715	5,6
Полдник								
1991	37	ГОРОШНИЦА	150	13,3	3,4	27,8	195	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,9	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	32	2,7	0,3	31,1	138	0
Итого			382	20,1	9,3	100,4	564	0
Всего				56,6	52	194,5	1477	5,6

Медицинская сестра

Волкова А.И.

МЕНЮ

20 июля 2026 г.

Сад с 3-х до 7 лет



Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
/Уварова В.Б./

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	200/5	2,5	4,6	17,5	122	0
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			429	3,8	14,7	34,4	285	0
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,2	3,6	14,2	101	5
2016	323	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	140	26,5	28,4	15,4	424	1,5
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,3	5,1	28,5	186	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,9	4,9	3,6	61	1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
Итого			757	38,4	42,3	85,3	879	7,5
Полдник								
1991	36	ГОРОШНИЦА	200	17,8	4,5	37,2	260	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	3,9	5	29,8	180	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	25,1	9,8	114,2	645	0
Всего				67,3	66,8	233,9	1809	7,5

Медицинская сестра

Волкова А.И.