

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Уварова В.Б./

МЕНЮ

20 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/2	2,6	3,3	16,3	106	0,3
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,6	84	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
Итого			347	4,3	7,6	32,3	216	0,3
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	2,9	2,6	23,2	128	5,2
2008	292	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	55	16	17,4	9,1	257	0,6
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	105	3,1	2,8	12,8	92	26,3
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			490	24	23,1	63,6	561	32,1
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,2	3,1	13,7	97	0,4
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,9	3,2	28,8	158	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	29	2,5	0,3	28,7	127	0
Итого			429	9,8	6,7	82,9	429	0,4
Всего				38,1	37,4	178,8	1206	32,8

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	3,5	4,3	21,8	141	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,2		6,6	27	0
Итого			439	5	14,4	37,4	300	0,4
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5,1	5,7	41	235	12,3
2008	292	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	65	18,8	19,2	10,7	290	0,7
2016	354	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	125	3,2	6	12,9	120	28,6
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			628	29,6	31,2	88,5	754	41,6
Полдник								
2016	100	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,9	3,2	28,8	158	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			470	9,7	7,3	71,6	389	0,5
Всего				44,3	52,9	197,5	1443	42,5

Медицинская сестра

Волкова А.И.