

Утверждаю

Заведующий
Детский сад № 62
Зуварова В.Б./



МЕНЮ

21 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	175	5,9	6,3	25,6	184	0,7
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,7	4,3	10,3	87	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
Итого			350	7,8	10,7	47,6	318	0,7
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	150	3,1	5,8	11,4	115	8,4
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,6	8,9	8,4	144	0,4
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,5	2	22,6	123	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			479	16,1	17	60,5	464	8,8
Полдник								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	195	1,5	3,2	8,4	69	9,6
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,9	24	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	26	2,3	0,2	26,2	116	0
Итого			371	3,8	3,4	40,5	209	9,6
Всего				27,7	31,1	148,6	991	19,1

Медицинская сестра Волкова А.И.

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 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								
2016	182	КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	205	6,9	7,5	30,6	218	0,8
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200			5,9	24	0
Итого			441	8,2	17,6	45,5	374	0,8
Обед								
2008	87	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ (С КРУПОЙ)	200	3,5	7	8,8	118	7,5
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	17,5	19,6		246	0,7
2016	218	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	7,7	30,7	211	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,4	0,3	15,5	75	0
Итого			637	28,3	34,6	62,8	681	8,2
Полдник								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	1,1	4,2	6,2	67	7,8
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			6,9	28	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			370	3,7	4,5	42,6	226	7,8
Всего				40,2	56,7	150,9	1281	16,8

Медицинская сестра

Волкова А.И.