

Утверждаю



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

МЕНЮ

28 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,2	4,1	15,4	112	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,5	27	0
Итого			348	4,9	8,4	31,7	224	0,4
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	5,4	6,3	13,5	138	12,2
2008	292	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА	60	12,6	20,5	13	288	0,4
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,6	3,5	27,4	152	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	12,7	61	0
Итого			580	22,8	32,4	74,4	687	13,2
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	135	16,5	11,1	19,1	245	0,3
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	12	0,9	1	6,5	38	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	33	2,8	0,3	32,1	142	0
Итого			330	20,2	12,4	63,5	448	0,3
Всего				47,9	53,2	169,6	1359	13,9

Медицинская сестра

В.И.

Волкова А.И.

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

/Уварова В.Б./



МЕНЮ

28 июля 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/3	5,9	8	26,7	203	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
Итого			439	7,4	18,1	43,4	366	1,29
Обед								
2007	5	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	5,7	6,3	15,4	147	12,9
2008	259	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	55/50	12,9	22,1	3,9	267	1
2016	332	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,1	6,8	32,3	202	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
Итого			673	24,2	35,5	75,6	725	13,9
Полдник								
2016	249	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150	22,7	15,9	20,7	319	0,4
		МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	35	2,4	2,9	18,8	111	0,2
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			425	28,5	19,1	86,7	635	0,6
Всего				60,1	72,7	205,7	1726	15,79

Медицинская сестра

Волкова А.И.