

Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

Лаврова В.Б./

МЕНЮ

28 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	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	150/2	1,5	1,8	14,5	80	0
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7	28	0
Итого			357	3,2	6,1	31,3	193	0
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/7	1,2	2,4	4,7	48	7,1
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	40	7,3	9,6	8,6	150	0,3
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	55	1,4	2,3	39,6	42	9,68
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	1	1,8	8,1	53	4,1
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			482	12,9	16,4	79,5	377	21,18
Полдник								
2016	231	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7,5	7,9	0,4	103	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	30	2,6	0,3	29,5	131	0
Итого			310	12,6	11,2	63,9	406	0
Всего				28,7	33,7	174,7	976	21,18

Медицинская сестра

Волкова А.И.

Утверждаю



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

МЕНЮ

28 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	199	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	7	8,1	34,6	242	1,29
2016	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	2,4	5,3	14,6	116	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	180/8			7,9	32	0
Итого			424	9,4	13,4	57,1	390	1,29
Обед								
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4,9	7,1	82	8,9
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	70	17,7	19,7		248	0,7
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	50	1	2,2	8,1	58	4,2
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,4	2,4	6,1	52	12,7
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,9	76	0
Итого			607	24,1	29,5	45	547	26,5
Полдник								
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	105	9,6	12,7	0,5	155	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	29	2,2	2,8	21,4	120	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	32	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,4	175	0
Итого			374	15,2	15,8	69,2	482	0
Всего				48,7	58,7	171,3	1419	27,79

Медицинская сестра

[Handwritten signature]

Волкова А.И.