Утверждаю

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

МЕНЮ
01.12.2025

Ясли с 1 до 3-х лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/3	3,9	5,3	28,9	179	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	175			5,9	24	0
Итого			**353**	**5,5**	**9,6**	**44,6**	**288**	**0,1**
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	2,9	1,8	22,7	119	4,9
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	60	14,7	15,2	6,4	220	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
Итого			**490**	**23,3**	**20,5**	**68,4**	**550**	**5,6**
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/3	3,6	4,5	21,8	142	0,4
1990	8	БУЛОЧКА ВИТАЯ	50	3,3	6,2	27,8	179	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,2	0,1	13,3	53	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			**393**	**8,8**	**11**	**82,6**	**461**	**0,4**
Всего				**37,6**	**41,1**	**195,6**	**1299**	**6,1**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,

Утверждаю

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

МЕНЮ
01.12.2025

Сад с 3-х до 7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,1	7,8	37,8	244	0,2
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**	**6,4**	**17,9**	**54,7**	**407**	**0,2**
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	5	5,5	38,4	223	10,2
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	70	17,1	17,4	7,9	257	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,2	27	165	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	37	2,5	0,3	15,8	76	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			**637**	**29,4**	**27,4**	**96,9**	**752**	**10,9**
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/3	4,2	4,9	23	153	0,5
1990	8	БУЛОЧКА ВИТАЯ	50	3,3	6,2	27,8	179	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200			7,9	31	0
Итого			**473**	**9,2**	**11,3**	**78,4**	**450**	**0,5**
Всего				**45**	**56,6**	**230**	**1609**	**11,6**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,