Утверждаю

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

МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150/3	3,2	5,1	29,8	178	0,1
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,8	85	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
Итого			**348**	**4,9**	**9,4**	**46**	**289**	**0,1**
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	150	4,6	5,3	22,6	160	2,6
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	9,1	11,3	9,2	174	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,5	185	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	30	0,5	2,9	2,2	37	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			**525**	**22,5**	**24,9**	**81**	**640**	**3,6**
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,7	47	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	20	1,7	0,2	19,7	87	0
Итого			**390**	**7,5**	**6,2**	**61,5**	**330**	**0,5**
Всего				**34,9**	**40,5**	**188,5**	**1259**	**4,2**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 ноября 2025 г.

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								
2003		КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200/3	4,3	6	40,4	233	0,2
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2016	414	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		9,4	38	0
Итого			**439**	**5,9**	**16,1**	**58,8**	**403**	**0,2**
Обед								
2007	99	СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б С ГРЕНКАМИ	200	8	6,5	32,4	222	4
2002	25	КУРА ЗАПЕЧЕНАЯ	76	21,5	5,5	0,6	139	13,73
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	4	32,8	179	0
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	45	0,8	4,4	3,2	55	0,9
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	41	2,7	0,4	17,3	83	0
Итого			**692**	**36,1**	**20,8**	**94,1**	**709**	**18,63**
Полдник								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,1	3,9	15,2	113	0,5
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,2	2,9	22,3	125	0
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			**470**	**9,7**	**7,1**	**84,7**	**443**	**0,5**
Всего				**51,7**	**44**	**237,6**	**1555**	**19,33**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,