Утверждаю

Заведующий

Детский сад № 62

_____ /Уварова В.Б./

МЕНЮ

11 сентября 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	150/3	3,7	4,6	17,7	128	0,4
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,6	4,3	9,6	84	0
2007		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	0,1		6,4	26	0
Итого			**348**	**5,4**	**8,9**	**33,7**	**238**	**0,4**
Обед								
2016	110	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	1,6	2,1	11,7	73	5,8
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	45/25	12,8	14,8	5	204	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,7	3,2	20,8	127	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	32	2,1	0,3	13,5	65	0
Итого			**502**	**20,2**	**20,4**	**56,8**	**492**	**6,5**
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	405	5,8	3,1	19,5	134	47,5
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	28	2,4	0,2	28	124	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	14	1,1	1,4	10,6	59	0
2016	413	ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23	0
Итого			**597**	**9,3**	**4,7**	**63,9**	**340**	**47,5**
Всего				**34,9**	**34**	**154,4**	**1070**	**54,4**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 сентября 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								
2002	46	КАША "ДРУЖБА"	200/3	4,9	5,4	26	173	0,6
2016	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/6	1,3	10,1	9	132	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,3		8,4	35	0
Итого			**439**	**6,5**	**15,5**	**43,4**	**340**	**0,6**
Обед								
2016	81	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	1,8	5,5	11,1	106	5,7
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	55/30	17,3	19,3	13,2	295	0,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	3,8	25	153	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	40	2,7	0,4	17,1	82	0
Итого			**645**	**26,2**	**29**	**74,2**	**667**	**6,5**
Полдник								
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	200	3	4,3	13,5	105	11,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	5	2,2	2,8	21,6	121	0
2016	411	ЧАЙ С САХАРОМ	200/8			7,9	31	0
2008		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ОБОГАЩЕННЫЕ ВИТАМИНАМИ - МИНЕРАЛЬНЫМИ ДОБАВКАМИ	40	3,4	0,3	39,3	174	0
Итого			**453**	**8,6**	**7,4**	**82,3**	**431**	**11,4**
Всего				**41,3**	**51,9**	**199,9**	**1438**	**18,5**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И,