Утверждаю

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

МЕНЮ

15 декабря 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								
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	4,2	5	22,8	153	0,5
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**	**9,4**	**11,5**	**83,6**	**472**	**0,5**
Всего				**38,2**	**41,6**	**196,6**	**1310**	**6,2**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 декабря 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								
2007		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/5	5,2	7,9	38,2	246	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**	**6,5**	**18**	**55,1**	**409**	**0,2**
Обед								
2016	106	СУП-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4,3	5,3	33,8	201	8,8
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР	70	17,1	17,4	7	252	0,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,2	27	165	0
2008		ХЛЕБ ЧУСОВСКОЙ	38	2,5	0,3	16,2	78	0
2016	394	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			7,8	31	0
Итого			**638**	**28,7**	**27,2**	**91,8**	**727**	**9,5**
Полдник								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/3	4,2	4,9	23	154	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**	**451**	**0,5**
Всего				**44,4**	**56,5**	**225,3**	**1587**	**10,2**

Медицинская сестра _____ Волкова А.И.