

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ детский сад № 62
_____ /Лукаш В.П./

МЕНЮ

11 сентября 2025 г.

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								
2012	418	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,81	3,87	22,12	137,17	0,36
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,13	2,15	9,65	66,77	0,36
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,05	4,83	20,61	139,70	0,00
Итого			445	9,99	10,85	52,38	343,64	0,72
II Завтрак								
2012	399	СОК	84	0,00	0,00	8,15	36,67	0,67
Итого			84	0,00	0,00	8,15	36,67	0,67
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,72	3,27	19,32	121,22	4,47
2012	305	КОТЛЕТА КУРИНАЯ	60	14,57	13,85	6,76	205,45	0,73
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,46	3,22	12,23	93,44	29,98
2012	376	КОМПОТ ИЗ С/ФРУКТОВ	180	0,23	0,00	5,85	25,12	0,00
	1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,72	0,32	16,96	81,60	0,00
Итого			630	24,70	20,66	61,12	526,83	35,18
Полдник								
2008	435	КЕФИР	148	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
		СУШКА	10	1,07	0,69	7,51	40,50	0,00
Итого			158	6,47	0,87	14,71	96,30	1,80
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	130	13,40	9,09	28,33	250,13	0,26
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,08	0,02	6,87	27,92	0,02
2008		БУЛКА	15	1,13	0,44	7,74	39,93	0,00
Итого			345	14,61	9,55	42,94	317,98	0,28
Всего				55,77	41,93	179,30	1 321,42	38,65