

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад № 60
/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,39	2,08	15,64	67,32	1,78
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	7,61	9,18	42,04	293,32	2,68
II Завтрак								
2008	442	СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	122	0,61	0,12	12,34	52,56	2,44
Итого			122	0,61	0,12	12,34	52,56	2,44
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,43	3,45	18,59	123,17	2,69
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,35	3,13	4,50	79,48	0,17
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,71	4,29	11,78	97,11	7,76
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,54	0,11	23,72	98,23	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			560	18,43	11,60	73,69	473,89	12,22
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,59	10,79	8,62	173,68	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,27	3,79	14,89	103,28	6,92
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	4,93	19,88	0,01
Итого			359	15,00	15,20	42,54	367,14	6,93
Всего				41,65	36,10	170,61	1 186,91	24,27

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад № 60
/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Сад 12 часов

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	11,40	12,80	63,50	378,40	2,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	184	1,47	0,00	18,00	82,65	45,92
Итого			184	1,47	0,00	18,00	82,65	45,92
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,81	4,02	19,97	135,59	2,95
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	10,99	3,88	5,94	102,50	0,23
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	50	14,59	12,51	0,24	171,70	0,10
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,74	0,19	8,08	41,63	8,33
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,67	0,14	28,60	118,42	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			699	22,19	9,18	87,39	522,14	13,51
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,33	10,92	9,70	186,15	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,85	2,99	18,82	114,22	8,79
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,12	3,15	28,96	160,42	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
Итого			459	26,54	19,29	71,59	665,69	11,79
Всего				61,60	41,27	240,48	1 648,88	74,02

Утверждаю

.Заведующий
ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2
_____ / Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,36	2,04	15,33	65,96	1,75
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	3,40	8,79	30,25	213,69	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			365	7,58	9,14	41,73	291,96	2,65
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	145	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			145	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,49	3,77	19,06	128,42	2,79
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,42	2,97	4,52	78,23	0,18
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,71	4,86	11,81	102,40	7,75
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,71	86,92	0,89
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			558	18,12	12,32	69,20	471,87	13,21
Уплотненный Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,93	6,74	8,97	205,10	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	4,40	15,44	111,24	7,19
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	2,38	8,47	19,05	162,19	9,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	4,68	18,68	0,00
Итого			364	13,35	11,76	43,19	405,32	7,19
Всего				39,05	33,22	154,12	1 169,15	23,05

Медицинская сестра _____

Утверждаю

.Заведующий
ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2
_____ / Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

10 марта 2025 г.

Сад 12 часов

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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,34	2,02	15,17	65,28	1,73
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,49	5,06	32,20	192,21	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			415	11,34	12,72	62,87	375,68	2,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	173	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			173	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,86	4,06	20,34	137,68	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,25	4,29	6,07	107,54	0,24
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,88	8,65	0,00	130,81	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,63	2,93	11,14	81,94	8,33
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			697	22,84	12,35	84,82	555,51	14,73
Уплотненный Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,47	11,37	10,13	192,64	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	3,37	19,48	120,68	9,12
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,94	4,59	23,76	148,32	12,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,04	3,39	28,29	159,52	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			464	26,68	20,36	72,01	677,74	12,12
Всего				60,86	45,43	219,70	1 608,93	29,58

Медицинская сестра _____