

Утверждаю

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

5 декабря 2024 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	1,39	2,08	15,64	67,31	1,78
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,19	11,78	46,64	279,31	2,68
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	104	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			104	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,89	6,05	7,40	101,86	5,10
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,55	4,75	2,48	90,59	0,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,51	4,33	17,05	117,52	8,28
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,06	0,00	5,00	20,71	0,45
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			573	13,71	15,76	48,83	416,18	14,93
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	12,61	12,46	11,80	212,73	17,52
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	4,05	5,70	17,86	139,16	5,41
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	126	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			507	21,26	21,51	59,79	527,02	23,91
Всего				45,66	49,55	176,26	1 318,51	45,52

Утверждаю

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

5 декабря 2024 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	12,74	16,20	44,10	357,00	1,00
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	104	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			104	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,89	6,16	7,94	105,24	5,33
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	75	21,32	18,27	0,61	251,72	0,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,13	21,28	144,30	10,32
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,10	0,01	6,11	25,92	0,99
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			724	16,82	18,50	60,43	510,36	18,04
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	13,40	11,62	12,83	212,73	18,64
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5,11	3,44	30,81	174,71	5,70
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	126	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			572	23,13	18,43	77,37	577,27	25,42
Всего				54,19	53,63	202,90	1 540,63	48,48

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

5 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	155	2,44	9,20	21,75	179,55	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	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			365	9,20	11,80	46,80	280,00	2,70
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,02	5,09	7,88	91,64	5,32
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10/5	3,10	1,43	17,70	96,98	7,25
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	4,37	4,56	2,38	86,93	0,29
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	45	11,04	7,42	0,00	112,17	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,50	4,04	17,02	114,78	8,27
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	2,36	8,47	18,90	161,44	9,52
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,04	0,00	4,96	20,65	0,63
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			577	12,63	14,32	49,14	399,50	15,31
Уплотненный Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155	9,68	9,96	12,12	179,72	17,50
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,59	5,23	16,99	129,56	5,28
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			495	17,87	18,54	59,24	484,41	23,76
Всего				41,20	45,16	176,18	1 259,91	45,77

Медицинская сестра _____

Утверждаю

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

5 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,18	4,02	6,86	60,76	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3,63	9,80	27,74	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	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			415	12,68	16,12	43,96	355,76	1,00
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,09	5,29	8,15	94,85	5,55
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/5	3,10	1,43	17,71	97,01	7,26
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	5,86	6,14	3,17	120,00	0,38
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	55	13,65	9,17	0,00	138,68	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,14	5,05	21,28	143,52	10,33
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,90	8,57	23,32	182,35	11,76
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,07	0,01	5,98	25,52	1,20
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			731	15,74	17,29	60,38	493,79	18,46
Уплотненный Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	10,13	8,83	12,69	173,77	18,55
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,92	3,51	29,69	170,11	5,66
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			555	19,67	15,71	76,11	533,71	25,29
Всего				49,59	49,62	201,45	1 479,26	48,77

Медицинская сестра _____