

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 декабря 2024 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  |                                |                |
| <b>Завтрак</b>     |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012               | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                     | 30         | 3,18              | 4,02         | 6,86          | 60,76                          | 0,00           |
| 2008               | 189           | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155        | 3,80              | 6,10         | 20,90         | 154,10                         | 0,40           |
|                    | ТК№03<br>5    | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180/6      | 0,08              | 0,00         | 5,78          | 23,42                          | 0,02           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>371</b> | <b>7,06</b>       | <b>10,12</b> | <b>33,54</b>  | <b>238,28</b>                  | <b>0,42</b>    |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008               | 442           | СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ               | 137        | 0,68              | 0,14         | 13,82         | 58,84                          | 2,74           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>137</b> | <b>0,68</b>       | <b>0,14</b>  | <b>13,82</b>  | <b>58,84</b>                   | <b>2,74</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012               | 33            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                        | 40         | 0,59              | 2,25         | 3,14          | 35,77                          | 0,10           |
| 2012               | 73            | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ      | 150/10/5   | 4,07              | 6,72         | 7,97          | 111,92                         | 4,02           |
| 2012               | 310           | СУФЛЕ КУРИНОЕ                          | 60         | 9,93              | 4,96         | 1,78          | 91,14                          | 0,39           |
| 2012               | 205           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 120        | 3,20              | 2,70         | 15,50         | 97,39                          | 0,00           |
|                    | ТК№03<br>6    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                  | 150        | 0,10              | 0,10         | 18,10         | 73,50                          | 0,60           |
|                    | ТК№01<br>6    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 25         | 1,70              | 0,20         | 10,70         | 51,70                          | 0,00           |
|                    | ТК№00<br>4    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 15         | 1,10              | 0,50         | 7,70          | 39,30                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>575</b> | <b>20,69</b>      | <b>17,43</b> | <b>64,89</b>  | <b>500,72</b>                  | <b>5,11</b>    |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
|                    | ТК№01<br>1    | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                          | 41         | 0,30              | 0,00         | 1,00          | 5,60                           | 1,60           |
| 2012               | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                    | 120        | 14,05             | 13,06        | 13,54         | 227,99                         | 6,84           |
|                    | ТК№03<br>1    | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                       | 150        | 0,30              | 0,00         | 20,80         | 85,00                          | 0,00           |
|                    | ТК№00<br>3    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 15         | 1,00              | 0,12         | 6,40          | 31,00                          | 0,00           |
| 2008               | 464           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                     | 50         | 4,34              | 3,64         | 29,29         | 167,07                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>376</b> | <b>19,99</b>      | <b>16,82</b> | <b>71,03</b>  | <b>516,66</b>                  | <b>8,44</b>    |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>48,42</b>      | <b>44,51</b> | <b>183,28</b> | <b>1 314,50</b>                | <b>16,71</b>   |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 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  |                               |                |
| <b>Завтрак</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012              | 2             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                     | 40         | 1,98              | 2,91         | 21,94         | 94,33                         | 2,50           |
| 2008              | 189           | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205        | 5,10              | 6,80         | 27,90         | 232,00                        | 0,50           |
| 2012              | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180/6      | 0,04              | 0,00         | 5,82          | 23,42                         | 0,01           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>431</b> | <b>7,12</b>       | <b>9,71</b>  | <b>55,66</b>  | <b>349,75</b>                 | <b>3,01</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2008              | 442           | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                         | 186        | 1,49              | 0,00         | 18,20         | 83,57                         | 46,43          |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>186</b> | <b>1,49</b>       | <b>0,00</b>  | <b>18,20</b>  | <b>83,57</b>                  | <b>46,43</b>   |
| <b>Обед</b>       |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
| 2012              | 33            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                        | 50         | 0,78              | 2,84         | 3,92          | 44,69                         | 1,86           |
| 2012              | 73            | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ      | 200/10/5   | 4,41              | 7,59         | 10,52         | 131,24                        | 5,36           |
| 2012              | 310           | СУФЛЕ КУРИНОЕ                          | 70         | 10,39             | 12,00        | 2,56          | 159,73                        | 0,40           |
| 2008              | 252           | МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)              | 70         | 20,52             | 17,60        | 0,30          | 241,28                        | 0,12           |
| 2012              | 205           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ            | 150        | 4,08              | 3,47         | 19,79         | 124,24                        | 0,00           |
|                   | ТК№047        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                  | 180        | 0,12              | 0,12         | 21,70         | 88,20                         | 0,70           |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 24         | 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           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>713</b> | <b>23,36</b>      | <b>26,97</b> | <b>81,99</b>  | <b>665,10</b>                 | <b>8,32</b>    |
| <b>Полдник</b>    |               |  |            |                   |              |               |                               |                |
|                   | ТК№015        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                          | 41         | 0,30              | 0,00         | 1,00          | 5,60                          | 1,60           |
| 2012              | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                    | 150        | 17,58             | 15,32        | 16,92         | 275,72                        | 8,55           |
|                   | ТК№044        | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                       | 180        | 0,36              | 0,00         | 25,00         | 102,00                        | 0,30           |
|                   | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 29         | 2,04              | 0,24         | 12,72         | 61,20                         | 0,00           |
| 2008              | 464           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                     | 50         | 4,15              | 3,28         | 29,23         | 162,73                        | 0,00           |
| <b>Итого</b>      |               |  | <b>450</b> | <b>24,43</b>      | <b>18,84</b> | <b>84,87</b>  | <b>607,25</b>                 | <b>10,45</b>   |
| <b>Всего</b>      |               |  |            | <b>56,40</b>      | <b>55,52</b> | <b>240,72</b> | <b>1 705,67</b>               | <b>68,21</b>   |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 декабря 2024 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  |                                |                |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                     | 30         | 3,11              | 3,94         | 6,72          | 59,52                          | 0,00           |
| 2008                       | 189           | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155        | 3,80              | 6,10         | 20,90         | 154,10                         | 0,40           |
|                            | ТК№03<br>5    | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 5,89          | 23,56                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>371</b> | <b>6,91</b>       | <b>10,04</b> | <b>33,51</b>  | <b>237,18</b>                  | <b>0,40</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                           | 148        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>148</b> | <b>0,00</b>       | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>                    | <b>0,00</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 33            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                        | 40         | 0,59              | 2,28         | 3,17          | 36,14                          | 0,10           |
| 2012                       | 73            | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ      | 150/10/5   | 3,97              | 6,20         | 7,91          | 105,63                         | 4,03           |
| 2012                       | 310           | СУФЛЕ КУРИНОЕ                          | 60         | 10,24             | 5,12         | 1,84          | 94,00                          | 0,40           |
| 2012                       | 205           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 120        | 3,14              | 2,65         | 15,19         | 95,45                          | 0,00           |
|                            | ТК№03<br>6    | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                  | 150        | 0,10              | 0,10         | 18,10         | 73,50                          | 0,60           |
|                            | ТК№01<br>6    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 25         | 1,70              | 0,20         | 10,70         | 51,70                          | 0,00           |
|                            | ТК№00<br>4    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 14         | 1,10              | 0,50         | 7,70          | 39,30                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>574</b> | <b>20,84</b>      | <b>17,05</b> | <b>64,61</b>  | <b>495,72</b>                  | <b>5,13</b>    |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
|                            | ТК№01<br>1    | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                          | 40         | 0,30              | 0,00         | 1,00          | 5,60                           | 1,60           |
| 2012                       | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                    | 120        | 13,69             | 12,73        | 13,51         | 223,40                         | 6,83           |
|                            | ТК№03<br>1    | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                       | 150        | 0,30              | 0,00         | 20,80         | 85,00                          | 0,00           |
|                            | ТК№00<br>3    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 15         | 1,00              | 0,12         | 6,40          | 31,00                          | 0,00           |
| 2008                       | 464           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                     | 50         | 4,27              | 3,43         | 29,45         | 165,60                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>375</b> | <b>19,56</b>      | <b>16,28</b> | <b>71,16</b>  | <b>510,60</b>                  | <b>8,43</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>47,31</b>      | <b>43,37</b> | <b>169,28</b> | <b>1 243,50</b>                | <b>13,96</b>   |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 декабря 2024 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  |                                |                |
| <b>Завтрак</b>             |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 2             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                     | 40         | 1,79              | 2,63         | 19,83         | 85,26                          | 2,26           |
| 2008                       | 189           | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205        | 5,10              | 6,80         | 27,90         | 232,00                         | 0,50           |
| 2012                       | 392           | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 5,87          | 23,47                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>431</b> | <b>6,89</b>       | <b>9,43</b>  | <b>53,60</b>  | <b>340,73</b>                  | <b>2,76</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 442           | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                         | 181        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>181</b> | <b>0,00</b>       | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>                    | <b>0,00</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 33            | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                        | 50         | 0,79              | 2,87         | 3,96          | 45,14                          | 1,88           |
| 2012                       | 73            | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ      | 200/10/5   | 4,26              | 7,20         | 10,48         | 125,92                         | 5,36           |
| 2012                       | 310           | СУФЛЕ КУРИНОЕ                          | 70         | 11,03             | 12,57        | 2,50          | 167,05                         | 0,43           |
| 2008                       | 252           | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)              | 70         | 17,31             | 11,64        | 0,00          | 175,92                         | 0,00           |
| 2012                       | 205           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ            | 145        | 3,92              | 3,33         | 19,01         | 119,36                         | 0,00           |
|                            | ТК№047        | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                  | 180        | 0,12              | 0,12         | 21,70         | 88,20                          | 0,70           |
|                            | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 25         | 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           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>709</b> | <b>23,70</b>      | <b>27,04</b> | <b>81,15</b>  | <b>662,67</b>                  | <b>8,37</b>    |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
|                            | ТК№015        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                          | 40         | 0,30              | 0,00         | 1,00          | 5,60                           | 1,60           |
| 2012                       | 276           | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                    | 145        | 17,05             | 14,79        | 16,90         | 268,81                         | 8,54           |
|                            | ТК№044        | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                       | 180        | 0,36              | 0,00         | 25,00         | 102,00                         | 0,30           |
|                            | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 30         | 2,04              | 0,24         | 12,72         | 61,20                          | 0,00           |
| 2008                       | 464           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                     | 50         | 4,18              | 3,24         | 29,34         | 163,01                         | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>445</b> | <b>23,93</b>      | <b>18,27</b> | <b>84,96</b>  | <b>600,62</b>                  | <b>10,44</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>54,52</b>      | <b>54,74</b> | <b>219,71</b> | <b>1 604,02</b>                | <b>21,57</b>   |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_