

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,08	3,86	10,28	92,84	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,60	2,19	9,16	67,28	0,48
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,48</b>	<b>12,15</b>	<b>40,34</b>	<b>314,12</b>	<b>0,96</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	156	0,78	0,16	15,71	66,89	3,11
<b>Итого</b>			<b>156</b>	<b>0,78</b>	<b>0,16</b>	<b>15,71</b>	<b>66,89</b>	<b>3,11</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,38	4,51	12,53	108,32	4,42
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	40/30	12,17	7,94	2,08	143,20	9,18
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	2,74	3,41	28,54	154,92	0,00
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>564</b>	<b>22,29</b>	<b>16,78</b>	<b>77,05</b>	<b>563,64</b>	<b>77,36</b>
<b>Полдник</b>								
2016	272	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	8,88	3,22	3,90	80,03	0,59
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,19	3,87	14,56	102,02	7,03
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,96	0,19	31,42	131,50	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,87	1,55	28,43	147,13	0,10
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>17,90</b>	<b>8,95</b>	<b>84,71</b>	<b>491,68</b>	<b>7,72</b>
<b>Всего</b>				<b>51,45</b>	<b>38,04</b>	<b>217,81</b>	<b>1 436,33</b>	<b>89,15</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,08	3,86	10,28	92,84	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,63	2,23	10,29	72,30	0,49
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,78</b>	<b>14,19</b>	<b>48,47</b>	<b>370,14</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	1,44	0,00	17,68	81,20	45,11
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1,44</b>	<b>0,00</b>	<b>17,68</b>	<b>81,20</b>	<b>45,11</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	54	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,04	4,54	16,84	128,54	6,29
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (АЛЛЕРГИКИ)	200/10/1	2,36	2,37	16,62	97,49	4,83
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/40	17,50	10,97	3,03	206,39	13,24
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,24	4,02	33,68	182,82	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>29,38</b>	<b>20,62</b>	<b>94,15</b>	<b>706,15</b>	<b>96,53</b>
<b>Полдник</b>								
2016	272	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10,90	4,32	5,25	103,54	0,85
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (аллергии)	60/30	16,75	8,48	2,46	176,41	12,74
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,57	4,38	17,14	118,52	8,28
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	1,15	0,23	37,83	158,30	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,88	1,51	28,47	146,98	0,10
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>20,50</b>	<b>10,56</b>	<b>95,09</b>	<b>558,34</b>	<b>9,23</b>
<b>Всего</b>				<b>63,10</b>	<b>45,37</b>	<b>255,39</b>	<b>1 715,83</b>	<b>151,94</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,55	2,20	9,07	66,93	0,47
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7,85</b>	<b>8,88</b>	<b>40,25</b>	<b>273,33</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	143	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>143</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,47	4,33	13,00	108,91	4,85
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	40/30	11,75	8,42	5,17	142,92	11,40
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	2,74	3,41	28,54	154,92	0,00
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>566</b>	<b>21,96</b>	<b>17,08</b>	<b>80,61</b>	<b>563,95</b>	<b>80,01</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2016	272	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	8,49	3,03	3,84	76,39	0,58
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	4,22	15,69	110,29	7,61
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,91	1,70	28,55	149,10	0,10
<b>Итого</b>			<b>384</b>	<b>16,83</b>	<b>9,17</b>	<b>72,58</b>	<b>441,78</b>	<b>9,49</b>
<b>Всего</b>				<b>46,64</b>	<b>35,13</b>	<b>193,44</b>	<b>1 279,06</b>	<b>90,37</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 декабря 2024 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	205	4,92	6,29	51,54	281,64	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,60	2,24	10,01	71,22	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>9,17</b>	<b>10,92</b>	<b>48,19</b>	<b>328,62</b>	<b>0,98</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	174	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>174</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	57	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,23	5,30	18,07	141,28	6,76
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (аллергики)	200/15/1	3,00	4,46	20,90	135,95	5,25
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/40	16,61	10,58	3,04	197,94	12,58
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,24	4,02	33,68	182,82	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>712</b>	<b>28,68</b>	<b>20,99</b>	<b>95,39</b>	<b>710,44</b>	<b>96,34</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2016	272	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10,54	4,23	5,24	101,36	0,84
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	19,79	13,30	0,00	201,05	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,38	18,49	124,71	8,97
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,54	4,51	20,52	133,01	10,36
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,85	1,75	28,28	148,16	0,10
<b>Итого</b>			<b>454</b>	<b>19,24</b>	<b>10,60</b>	<b>80,13</b>	<b>493,43</b>	<b>11,31</b>
<b>Всего</b>				<b>57,09</b>	<b>42,51</b>	<b>223,71</b>	<b>1 532,49</b>	<b>108,63</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_