

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 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               | 2             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                     | 30         | 1,48              | 2,23         | 16,76         | 72,11                          | 1,91           |
| 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           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>365</b> | <b>7,70</b>       | <b>9,33</b>  | <b>43,16</b>  | <b>298,11</b>                  | <b>2,81</b>    |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008               | 442           | СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ               | 150        | 0,75              | 0,15         | 15,15         | 64,50                          | 3,00           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>150</b> | <b>0,75</b>       | <b>0,15</b>  | <b>15,15</b>  | <b>64,50</b>                   | <b>3,00</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
|                    | 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     | 4,36              | 4,63         | 18,81         | 134,72                         | 2,84           |
| 2012               | 263           | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ            | 65         | 9,00              | 2,90         | 4,56          | 80,12                          | 0,19           |
| 2008               | 338           | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                 | 120        | 2,78              | 4,75         | 12,34         | 103,81                         | 7,84           |
|                    | ТК№032        | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                        | 150        | 0,56              | 0,11         | 24,37         | 100,86                         | 0,00           |
|                    | ТК№003        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 16         | 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           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>567</b> | <b>19,10</b>      | <b>13,01</b> | <b>75,18</b>  | <b>495,41</b>                  | <b>12,47</b>   |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012               | 282           | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ           | 60         | 10,80             | 11,04        | 8,85          | 177,81                         | 0,00           |
| 2012               | 322           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ           | 120        | 2,35              | 3,89         | 15,58         | 107,41                         | 7,27           |
|                    | ТК№003        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 16         | 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         | 4,92          | 19,84                          | 0,01           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>366</b> | <b>15,29</b>      | <b>15,55</b> | <b>43,45</b>  | <b>375,36</b>                  | <b>7,28</b>    |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>42,84</b>      | <b>38,04</b> | <b>176,94</b> | <b>1 233,38</b>                | <b>25,56</b>   |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 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                    | 30         | 1,47              | 2,21         | 16,59         | 71,40                          | 1,89           |
| 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           |
| <b>Итого</b>       |               |                                       | <b>415</b> | <b>11,47</b>      | <b>12,91</b> | <b>64,29</b>  | <b>381,80</b>                  | <b>2,89</b>    |
| <b>II Завтрак</b>  |               |                                       |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008               | 442           | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                        | 185        | 1,48              | 0,00         | 18,09         | 83,08                          | 46,15          |
| <b>Итого</b>       |               |                                       | <b>185</b> | <b>1,48</b>       | <b>0,00</b>  | <b>18,09</b>  | <b>83,08</b>                   | <b>46,15</b>   |
| <b>Обед</b>        |               |                                       |            |                   |              |               |                                |                |
|                    | ТК№015        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 51         | 0,40              | 0,00         | 1,30          | 7,00                           | 2,00           |
| 2012               | 81            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10     | 4,73              | 5,27         | 20,18         | 147,40                         | 3,10           |
| 2012               | 263           | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ           | 80         | 11,96             | 4,20         | 6,13          | 110,05                         | 0,26           |
| 2008               | 252           | МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)             | 50         | 15,21             | 13,04        | 0,30          | 179,13                         | 0,12           |
| 2008               | 338           | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                | 130        | 2,63              | 2,95         | 11,19         | 82,40                          | 8,37           |
|                    | ТК№042        | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                       | 180        | 0,68              | 0,14         | 29,54         | 122,23                         | 0,00           |
|                    | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 26         | 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           |
| <b>Итого</b>       |               |                                       | <b>702</b> | <b>23,98</b>      | <b>13,51</b> | <b>91,84</b>  | <b>586,08</b>                  | <b>13,73</b>   |
| <b>Полдник</b>     |               |                                       |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012               | 282           | КОТЛета МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)   | 70         | 12,60             | 11,25        | 10,31         | 192,78                         | 0,00           |
| 2008               | 125           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ          | 150        | 2,95              | 3,30         | 19,64         | 120,61                         | 9,20           |
|                    | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 16         | 1,70              | 0,20         | 10,60         | 51,00                          | 0,00           |
| 2008               | 464           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                    | 50         | 4,25              | 3,90         | 29,82         | 171,16                         | 0,00           |
|                    | ТК№022        | НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ            | 180        | 5,54              | 2,03         | 3,51          | 153,90                         | 3,00           |
| <b>Итого</b>       |               |                                       | <b>466</b> | <b>27,04</b>      | <b>20,68</b> | <b>73,88</b>  | <b>689,45</b>                  | <b>12,20</b>   |
| <b>Всего</b>       |               |                                       |            | <b>63,97</b>      | <b>47,10</b> | <b>248,10</b> | <b>1 740,41</b>                | <b>74,97</b>   |

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 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                       | 2             | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                     | 30         | 1,36              | 2,04         | 15,33         | 65,97                          | 1,75           |
| 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           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>365</b> | <b>7,58</b>       | <b>9,14</b>  | <b>41,73</b>  | <b>291,97</b>                  | <b>2,65</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                           | 150        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>150</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№011        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                          | 38         | 0,30              | 0,00         | 1,00          | 5,60                           | 1,60           |
| 2012                       | 81            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ  | 150/10     | 4,96              | 3,63         | 20,11         | 133,18                         | 2,80           |
| 2012                       | 263           | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ            | 60         | 8,29              | 2,83         | 4,63          | 76,89                          | 0,18           |
| 2008                       | 338           | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                 | 120        | 2,74              | 4,73         | 11,99         | 101,83                         | 7,86           |
|                            | ТК№032        | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                        | 150        | 0,10              | 0,10         | 18,71         | 86,92                          | 0,89           |
|                            | ТК№003        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 15         | 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           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>558</b> | <b>18,49</b>      | <b>11,91</b> | <b>70,54</b>  | <b>474,72</b>                  | <b>13,33</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 282           | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ           | 60         | 8,75              | 6,61         | 8,79          | 201,00                         | 0,00           |
| 2012                       | 322           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ           | 120        | 2,34              | 4,03         | 15,46         | 107,87                         | 7,20           |
|                            | ТК№003        | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ       | 15         | 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         | 4,84          | 19,35                          | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>365</b> | <b>13,19</b>      | <b>11,26</b> | <b>43,19</b>  | <b>398,52</b>                  | <b>7,20</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>39,26</b>      | <b>32,31</b> | <b>155,46</b> | <b>1 165,21</b>                | <b>23,18</b>   |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

16 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                    | 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           |
| <b>Итого</b>               |               |                                       | <b>415</b> | <b>11,34</b>      | <b>12,72</b> | <b>62,87</b>  | <b>375,68</b>                  | <b>2,73</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |                                       |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 442           | СОК ПЕРСИКОВЫЙ                        | 172        | 0,00              | 0,00         | 0,00          | 0,00                           | 0,00           |
| <b>Итого</b>               |               |                                       | <b>172</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№015        | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                         | 47         | 0,40              | 0,00         | 1,30          | 7,00                           | 2,00           |
| 2012                       | 81            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10     | 5,30              | 4,17         | 21,21         | 143,70                         | 3,08           |
| 2012                       | 263           | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ           | 80         | 11,15             | 4,08         | 5,99          | 105,08                         | 0,24           |
| 2008                       | 252           | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)             | 50         | 12,23             | 8,22         | 0,00          | 124,27                         | 0,00           |
| 2008                       | 338           | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                | 130        | 2,62              | 2,88         | 11,11         | 81,34                          | 8,38           |
|                            | ТК№042        | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                       | 180        | 0,12              | 0,12         | 22,47         | 104,35                         | 1,09           |
|                            | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 24         | 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           |
| <b>Итого</b>               |               |                                       | <b>696</b> | <b>23,17</b>      | <b>12,20</b> | <b>85,58</b>  | <b>558,47</b>                  | <b>14,79</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |                                       |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 282           | КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)   | 70         | 12,05             | 10,84        | 10,14         | 186,05                         | 0,00           |
| 2008                       | 125           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ          | 150        | 2,92              | 3,18         | 19,48         | 118,86                         | 9,13           |
| 2008                       | 123           | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)        | 150        | 2,95              | 4,59         | 23,83         | 148,69                         | 12,04          |
|                            | ТК №003       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 14         | 1,70              | 0,20         | 10,60         | 51,00                          | 0,00           |
| 2008                       | 464           | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                    | 50         | 4,03              | 3,37         | 28,34         | 159,49                         | 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           |
| <b>Итого</b>               |               |                                       | <b>464</b> | <b>26,24</b>      | <b>19,62</b> | <b>72,07</b>  | <b>669,30</b>                  | <b>12,13</b>   |
| <b>Всего</b>               |               |                                       |            | <b>60,75</b>      | <b>44,54</b> | <b>220,52</b> | <b>1 603,45</b>                | <b>29,65</b>   |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_