

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 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	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,08	0,00	6,12	24,72	0,02
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>7,02</b>	<b>10,08</b>	<b>33,81</b>	<b>238,96</b>	<b>0,42</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	154	0,77	0,15	15,54	66,15	3,08
<b>Итого</b>			<b>154</b>	<b>0,77</b>	<b>0,15</b>	<b>15,54</b>	<b>66,15</b>	<b>3,08</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	2,16	3,01	34,31	0,09
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,15	5,88	7,91	104,08	4,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	93,96	0,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>574</b>	<b>21,05</b>	<b>16,66</b>	<b>64,76</b>	<b>494,25</b>	<b>5,09</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,34	13,36	13,45	231,35	6,80
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,17	3,08	29,05	160,52	0,00
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>20,11</b>	<b>16,56</b>	<b>70,70</b>	<b>513,47</b>	<b>8,40</b>
<b>Всего</b>				<b>48,95</b>	<b>43,45</b>	<b>184,81</b>	<b>1 312,83</b>	<b>16,99</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 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	1,94	2,86	21,52	92,51	2,45
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	5,74	23,06	0,01
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>7,08</b>	<b>9,66</b>	<b>55,16</b>	<b>347,57</b>	<b>2,96</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	182	1,46	0,00	17,88	82,12	45,62
<b>Итого</b>			<b>182</b>	<b>1,46</b>	<b>0,00</b>	<b>17,88</b>	<b>82,12</b>	<b>45,62</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,76	2,76	3,80	43,32	1,81
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,46	6,43	10,43	120,73	5,32
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,68	12,29	2,48	163,14	0,42
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	130	22,13	18,03	6,85	279,00	2,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	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>708</b>	<b>23,60</b>	<b>25,95</b>	<b>81,31</b>	<b>654,19</b>	<b>8,25</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,93	15,61	16,84	279,35	8,52
	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	4,06	2,69	28,49	154,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>449</b>	<b>24,69</b>	<b>18,54</b>	<b>84,05</b>	<b>602,35</b>	<b>10,42</b>
<b>Всего</b>				<b>56,83</b>	<b>54,15</b>	<b>238,40</b>	<b>1 686,23</b>	<b>67,25</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 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	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	155	3,72	4,75	38,96	212,89	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>6,94</b>	<b>10,08</b>	<b>33,50</b>	<b>237,46</b>	<b>0,40</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	144	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>144</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	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,02	6,43	7,86	107,59	3,97
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,25	11,59	0,00	175,26	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,23	2,73	15,66	98,37	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>574</b>	<b>20,99</b>	<b>17,38</b>	<b>65,06</b>	<b>500,96</b>	<b>5,07</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,07	13,21	13,55	229,34	6,84
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,13	3,58	28,46	162,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>372</b>	<b>19,80</b>	<b>16,91</b>	<b>70,21</b>	<b>513,34</b>	<b>8,44</b>
<b>Всего</b>				<b>47,73</b>	<b>44,37</b>	<b>168,77</b>	<b>1 251,76</b>	<b>13,91</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

20 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	1,98	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
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,04	4,30	26,13	151,27	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	5,73	22,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>7,08</b>	<b>9,71</b>	<b>55,57</b>	<b>349,23</b>	<b>3,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	173	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>173</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	0,80	2,90	4,00	45,60	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,32	6,88	10,41	122,92	5,27
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	11,01	12,57	2,54	167,22	0,43
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,85	12,00	0,00	181,36	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	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	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
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>23,83</b>	<b>26,82</b>	<b>81,55</b>	<b>662,74</b>	<b>8,30</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,63	15,30	16,95	275,83	8,56
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,03	3,21	28,30	157,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>446</b>	<b>24,36</b>	<b>18,75</b>	<b>83,97</b>	<b>602,58</b>	<b>10,46</b>
<b>Всего</b>				<b>55,27</b>	<b>55,28</b>	<b>221,09</b>	<b>1 614,55</b>	<b>21,76</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_