

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

4 декабря 2025 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	1,41	2,12	15,94	68,60	1,82
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
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,21</b>	<b>11,82</b>	<b>46,94</b>	<b>280,60</b>	<b>2,72</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,47	0,49	20,58	94,08	3,92
<b>Итого</b>			<b>98</b>	<b>1,47</b>	<b>0,49</b>	<b>20,58</b>	<b>94,08</b>	<b>3,92</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	38	0,28	0,00	0,66	4,94	0,76
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,14	6,12	7,90	106,32	5,36
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	4,33	4,52	2,35	86,08	0,28
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	4,27	17,28	118,00	8,41
ТК№024		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,06	0,00	5,70	23,70	0,60
ТК№007		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
ТК№004		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,16	0,53	8,09	41,27	0,00
<b>Итого</b>			<b>572</b>	<b>13,80</b>	<b>15,57</b>	<b>50,48</b>	<b>421,31</b>	<b>15,41</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	13,31	13,77	11,48	226,50	16,39
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,05	0,13	6,72	32,55	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,37	7,62	17,42	159,50	5,58
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	126	3,54	3,16	5,68	71,33	0,38
<b>Итого</b>			<b>522</b>	<b>23,37</b>	<b>24,78</b>	<b>59,40</b>	<b>563,38</b>	<b>22,95</b>
<b>Всего</b>			<b>47,85</b>	<b>52,66</b>	<b>177,40</b>	<b>1 359,37</b>	<b>45,00</b>	

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

4 декабря 2025 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	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
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,77</b>	<b>16,24</b>	<b>44,17</b>	<b>357,62</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,47	0,49	20,58	94,08	3,94
<b>Итого</b>			<b>98</b>	<b>1,47</b>	<b>0,49</b>	<b>20,58</b>	<b>94,08</b>	<b>3,94</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	47	0,36	0,00	0,85	6,11	0,94
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,13	6,33	8,10	108,88	5,37
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	5,86	6,14	3,17	120,00	0,38
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,19	5,06	21,63	145,19	10,51
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,11	0,01	6,25	26,67	1,17
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,21	10,92	52,53	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,61	10,51	53,45	0,00
<b>Итого</b>			<b>726</b>	<b>16,93</b>	<b>18,36</b>	<b>61,43</b>	<b>512,83</b>	<b>18,37</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	13,99	12,39	12,51	221,17	17,41
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,53	31,62	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,86	3,33	29,66	168,14	5,31
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>23,49</b>	<b>19,09</b>	<b>76,03</b>	<b>579,76</b>	<b>23,80</b>
<b>Всего</b>			<b>54,66</b>	<b>54,18</b>	<b>202,21</b>	<b>1 544,29</b>	<b>47,11</b>	

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

4 декабря 2025 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	1,40	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
ТК№028		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,20</b>	<b>11,80</b>	<b>46,80</b>	<b>280,00</b>	<b>2,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,20	6,40	7,82	108,50	5,31
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,55	4,75	2,48	90,59	0,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,12	17,12	115,93	8,32
ТК№024		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	4,95	20,53	0,57
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
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>14,00</b>	<b>15,90</b>	<b>49,27</b>	<b>421,05</b>	<b>15,30</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,69	13,39	12,11	226,71	17,16
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 ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,58	5,47	17,12	132,14	5,11
ТК№005		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>21,87</b>	<b>22,21</b>	<b>59,36</b>	<b>533,98</b>	<b>23,25</b>
<b>Всего</b>			<b>46,57</b>	<b>50,41</b>	<b>176,43</b>	<b>1 331,03</b>	<b>45,25</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Шурпо Н.В.

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

# МЕНЮ

## 4 декабря 2025 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	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
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3,60	4,47	21,24	139,51	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
<b>Итого</b>				<b>415</b>	<b>12,74</b>	<b>16,20</b>	<b>44,10</b>	<b>357,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>				<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,26	6,43	8,20	110,54	5,53
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/5	4,17	5,94	9,32	107,84	5,27
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	19,80	13,31	0,00	201,17	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,05	21,34	143,90	10,36
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,93	5,92	23,66	159,90	11,95
ТК№038		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	6,03	25,64	1,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	6,45	25,80	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
<b>Итого</b>				<b>733</b>	<b>17,16</b>	<b>18,69</b>	<b>60,67</b>	<b>514,98</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,39	12,64	12,89	226,38	18,18
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	4,96	3,42	29,97	170,46	5,56
ТК№005		ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>				<b>575</b>	<b>23,97</b>	<b>19,43</b>	<b>76,59</b>	<b>586,67</b>
<b>Всего</b>				<b>55,37</b>	<b>54,82</b>	<b>202,36</b>	<b>1 554,65</b>	<b>48,25</b>