

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,59	3,24	10,28	85,16	0,06
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,53	2,13	9,07	66,18	0,47
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>8,72</b>	<b>7,87</b>	<b>37,85</b>	<b>279,34</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	155	0,62	0,52	15,97	72,62	3,09
<b>Итого</b>			<b>155</b>	<b>0,62</b>	<b>0,52</b>	<b>15,97</b>	<b>72,62</b>	<b>3,09</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,92	5,31	10,48	109,56	5,19
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,57	16,91	16,71	289,20	8,43
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,83	0,22	11,91	57,83	0,00
<b>Итого</b>			<b>533</b>	<b>25,22</b>	<b>24,74</b>	<b>46,10</b>	<b>578,09</b>	<b>13,72</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	4,29	3,70	27,38	160,16	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,53	4,10	0,25	56,05	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,00	5,03	20,99	0,57
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,13	0,14	7,23	35,03	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,34	4,09	21,14	151,09	0,03
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>17,96</b>	<b>12,13</b>	<b>62,93</b>	<b>435,32</b>	<b>5,60</b>
<b>Всего</b>				<b>52,52</b>	<b>45,26</b>	<b>162,85</b>	<b>1 365,37</b>	<b>23,54</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,01	4,73	12,63	114,05	0,10
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
ТК№040		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,18	10,14	71,21	0,48
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,80</b>	<b>16,91</b>	<b>49,57</b>	<b>394,26</b>	<b>1,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	155	0,62	0,52	15,97	72,62	3,09
<b>Итого</b>			<b>155</b>	<b>0,62</b>	<b>0,52</b>	<b>15,97</b>	<b>72,62</b>	<b>3,09</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,63	5,35	11,72	117,84	5,97
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	23,38	20,36	22,25	365,78	11,25
ТК№044		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,90	0,22	11,87	57,12	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,74	12,64	64,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>703</b>	<b>33,91</b>	<b>29,57</b>	<b>66,98</b>	<b>753,02</b>	<b>19,42</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	5,37	4,64	34,23	200,21	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,10	0,01	6,10	26,08	1,14
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,75	5,45	30,51	206,78	0,04
<b>Итого</b>			<b>498</b>	<b>19,72</b>	<b>14,70</b>	<b>73,04</b>	<b>505,97</b>	<b>6,18</b>
<b>Всего</b>				<b>68,05</b>	<b>61,70</b>	<b>205,56</b>	<b>1 725,87</b>	<b>30,07</b>

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	1,65	0,64	11,31	57,64	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,75	2,38	10,37	74,47	0,51
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7,00</b>	<b>5,52</b>	<b>40,18</b>	<b>260,11</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	391	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>391</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	105	1,56	5,98	3,12	94,90	0,26
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	210/15	14,75	15,26	28,06	309,04	13,84
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	390	46,42	44,27	43,83	759,28	22,13
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>930</b>	<b>64,66</b>	<b>65,71</b>	<b>91,44</b>	<b>1 299,85</b>	<b>36,23</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	147	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	315	11,25	9,33	71,89	416,81	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	100	11,33	10,26	0,62	140,11	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,12	0,01	14,90	62,38	2,10
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	185	25,72	17,14	62,63	508,77	0,10
<b>Итого</b>			<b>947</b>	<b>50,02</b>	<b>36,96</b>	<b>158,34</b>	<b>1 171,07</b>	<b>7,20</b>
<b>Всего</b>			<b>122,28</b>	<b>108,69</b>	<b>305,46</b>	<b>2 801,53</b>	<b>47,54</b>	

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

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	2,10	0,81	14,39	73,36	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики)	200	1,83	4,37	18,89	122,07	0,00
ТК№040		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,43	10,86	77,11	0,52
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>11,10</b>	<b>13,24</b>	<b>52,05</b>	<b>359,47</b>	<b>1,32</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	160	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,86	3,14	1,62	49,30	2,05
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,05	5,67	12,70	126,40	6,46
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	215	25,08	21,81	23,95	392,34	12,11
ТК№044		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>723</b>	<b>35,93</b>	<b>31,57</b>	<b>68,77</b>	<b>787,04</b>	<b>20,92</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	58	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	5,84	4,99	37,27	217,46	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,95	4,55	0,30	61,51	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,09	0,01	6,61	28,61	1,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	9,88	6,07	32,74	225,89	0,06
<b>Итого</b>			<b>526</b>	<b>21,36</b>	<b>15,72</b>	<b>78,82</b>	<b>545,47</b>	<b>6,66</b>
<b>Всего</b>				<b>68,99</b>	<b>61,03</b>	<b>215,14</b>	<b>1 762,48</b>	<b>31,90</b>

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