

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

23 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 4,15 | 3,95 | 10,28 | 94,00 | 0,08 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,00 | 0,40 |
| | ТК№026 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,57 | 2,17 | 9,81 | 69,66 | 0,47 |
| Итого | | | 365 | 10,52 | 12,22 | 40,99 | 317,66 | 0,95 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 257 | 1,29 | 0,26 | 25,97 | 110,57 | 5,14 |
| Итого | | | 257 | 1,29 | 0,26 | 25,97 | 110,57 | 5,14 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№001 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 47 | 0,47 | 0,12 | 1,77 | 11,33 | 4,72 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,29 | 4,12 | 13,13 | 106,83 | 4,92 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 50/30 | 13,81 | 7,39 | 0,57 | 141,06 | 10,89 |
| 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№003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,05 | 0,13 | 6,72 | 32,55 | 0,00 |
| | ТК№004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,16 | 0,53 | 8,09 | 41,27 | 0,00 |
| Итого | | | 580 | 24,02 | 15,90 | 77,12 | 565,26 | 80,29 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2016 | 272 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ | 65 | 9,86 | 3,62 | 3,43 | 85,72 | 0,59 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,37 | 4,22 | 16,01 | 111,78 | 7,77 |
| | ТК№051 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,88 | 0,17 | 30,00 | 125,39 | 0,00 |
| | ТК№003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,05 | 0,13 | 6,72 | 32,55 | 0,00 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4,92 | 1,03 | 28,08 | 141,15 | 0,10 |
| Итого | | | 391 | 19,08 | 9,17 | 84,24 | 496,59 | 8,46 |
| Всего | | | 54,91 | 37,55 | 228,32 | 1 490,08 | 94,84 | |

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

23 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 4,15 | 3,95 | 10,28 | 94,00 | 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 | 2,65 | 2,23 | 10,22 | 72,09 | 0,50 |
| Итого | | | 415 | 11,87 | 14,28 | 48,40 | 371,09 | 1,08 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 186 | 1,48 | 0,00 | 18,19 | 83,51 | 46,39 |
| Итого | | | 186 | 1,48 | 0,00 | 18,19 | 83,51 | 46,39 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№014 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 58 | 0,58 | 0,15 | 2,19 | 13,80 | 5,75 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1 | 5,19 | 4,52 | 18,39 | 135,11 | 6,91 |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (АЛЛЕРГИКИ) | 200/10/1 | 3,00 | 4,46 | 20,90 | 135,95 | 5,25 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 75/40 | 19,56 | 12,01 | 3,22 | 227,05 | 14,79 |
| 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 | 0,96 | 0,12 | 6,14 | 29,76 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 728 | 31,63 | 21,66 | 95,92 | 733,94 | 99,45 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2016 | 272 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 85 | 12,06 | 4,33 | 5,30 | 108,48 | 0,89 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (аллергики) | 80/40 | 21,20 | 13,60 | 9,04 | 272,31 | 16,54 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,77 | 4,39 | 18,85 | 126,43 | 9,15 |
| | ТК№048 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 1,04 | 0,20 | 34,47 | 144,17 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 0,96 | 0,12 | 6,14 | 29,76 | 0,00 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4,80 | 1,50 | 27,92 | 144,28 | 0,10 |
| Итого | | | 459 | 21,63 | 10,54 | 92,68 | 553,12 | 10,14 |
| Всего | | | | 66,61 | 46,48 | 255,19 | 1 741,66 | 157,06 |

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

23 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 1,54 | 0,60 | 10,57 | 53,86 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 3,80 | 6,10 | 20,90 | 154,00 | 0,40 |
| | ТК№026 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 2,49 | 2,14 | 8,96 | 65,75 | 0,46 |
| Итого | | | 365 | 7,83 | 8,84 | 40,43 | 273,61 | 0,86 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 133 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 133 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№001 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 47 | 0,40 | 0,10 | 1,50 | 9,60 | 4,00 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 4,72 | 5,29 | 13,43 | 120,50 | 4,70 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 55/30 | 14,79 | 10,60 | 6,51 | 179,94 | 14,35 |
| 2016 | 333 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 110 | 2,69 | 3,34 | 27,97 | 151,86 | 0,00 |
| | ТК№027 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 150 | 0,50 | 0,20 | 18,30 | 77,30 | 59,76 |
| | ТК№003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | ТК№004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 16 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 583 | 25,20 | 20,15 | 81,81 | 609,50 | 82,81 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2016 | 272 | КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ | 55 | 7,83 | 3,18 | 3,86 | 75,38 | 0,56 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 110 | 2,31 | 3,89 | 15,69 | 107,24 | 7,62 |
| | ТК№051 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,10 | 0,10 | 18,10 | 75,00 | 1,20 |
| | ТК№003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 14 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4,74 | 1,53 | 27,66 | 143,25 | 0,10 |
| Итого | | | 379 | 15,98 | 8,82 | 71,71 | 431,87 | 9,48 |
| Всего | | | 49,01 | 37,81 | 193,95 | 1 314,98 | 93,15 | |

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

23 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 1,54 | 0,60 | 10,57 | 53,86 | 0,00 |
| 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 | 2,53 | 2,18 | 9,67 | 69,05 | 0,47 |
| Итого | | | 415 | 9,14 | 10,88 | 48,14 | 327,91 | 0,97 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 165 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 165 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№014 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 59 | 0,50 | 0,13 | 1,90 | 12,00 | 5,00 |
| 2012 | 82 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/1 | 5,44 | 5,49 | 18,31 | 144,69 | 6,75 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 75/40 | 21,39 | 11,99 | 3,27 | 236,71 | 16,21 |
| 2016 | 333 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 3,14 | 3,90 | 32,68 | 177,39 | 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 | 21 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 731 | 33,57 | 22,47 | 94,86 | 747,19 | 99,96 |
| Уплотненный Полдник | | | | | | | | |
| 2016 | 272 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 75 | 9,63 | 4,15 | 5,31 | 97,31 | 0,81 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,72 | 4,21 | 18,50 | 123,05 | 8,98 |
| | ТК№048 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 0,12 | 0,12 | 21,72 | 88,20 | 1,40 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2008 | 477 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 4,74 | 1,68 | 27,71 | 144,77 | 0,10 |
| Итого | | | 450 | 18,21 | 10,28 | 79,64 | 484,33 | 11,29 |
| Всего | | | | 60,92 | 43,63 | 222,64 | 1 559,43 | 112,22 |

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.