

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

24 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,54	2,32	17,42	74,97	1,98
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,95	1,70	1,91	25,76	1,48
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	12,67	17,20	2,37	122,57	0,21
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	17,96	23,62	34,40	307,30	4,17
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	153	0,61	0,51	15,81	71,91	3,06
Итого			153	0,61	0,51	15,81	71,91	3,06
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,35	0,00	1,17	6,58	1,88
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,43	7,49	6,04	112,45	8,82
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,10	15,78	3,12	214,76	0,65
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ	150/10	0,08	0,03	7,28	28,43	0,13
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,21	0,15	7,74	37,48	0,00
Итого			600	26,97	28,23	52,15	573,70	11,48
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,48	14,23	15,62	252,00	17,27
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	65	5,81	8,00	36,39	240,57	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,21	0,15	7,74	37,48	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	126	3,54	3,16	5,68	71,33	0,38
Итого			539	25,14	25,55	79,53	655,38	19,55
Всего			70,68	77,91	181,89	1 608,29	38,26	

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

24 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,44	2,16	16,27	70,04	1,85
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			410	21,14	28,26	34,87	343,54	4,75
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	153	0,61	0,51	15,81	71,91	3,06
Итого			153	0,61	0,51	15,81	71,91	3,06
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,46	0,00	1,50	8,05	2,30
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНОЙ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,39	3,82	6,19	67,27	8,77
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	21,39	21,35	5,46	299,33	0,92
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНОМ	180/15	0,10	0,05	11,48	44,71	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,07	0,13	6,85	33,17	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,11	0,51	7,78	39,69	0,00
Итого			760	32,72	31,76	72,26	732,22	12,19
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	205	16,35	13,95	17,64	264,69	20,25
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,80	0,21	11,24	54,06	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,11	0,51	7,78	39,69	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			552	22,88	17,81	59,19	493,87	22,93
Всего			77,35	78,34	182,13	1 641,54	42,93	

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

24 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	119,00	0,20
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	17,41	22,82	32,76	295,98	3,92
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,16	6,23	5,68	98,21	8,03
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,10	15,30	3,50	134,00	0,60
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНИЕМ	150/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			590	26,40	26,46	50,58	470,75	10,35
Уплотненный Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,75	13,31	12,11	226,25	17,24
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,95	7,19	29,94	199,92	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			510	22,30	23,76	68,18	581,80	19,52
Всего			66,71	73,54	167,02	1 419,03	36,79	

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

24 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			410	21,10	28,20	34,40	341,50	4,70
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНОЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,39	4,10	6,15	69,98	8,76
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9,10	11,30	14,90	196,80	1,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНОМ	180/15	0,06	0,05	10,83	42,06	0,18
	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
Итого			751	20,25	21,97	80,28	626,14	11,94
Уплотненный Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16,00	14,03	14,32	251,38	20,20
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	6,20	27,87	2,31
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНОМ (аллергики)	180/15	0,06	0,05	11,51	44,70	0,19
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			545	22,43	17,87	44,45	440,18	22,89
Всего			64,38	68,54	174,63	1 478,32	42,53	

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.