

Утверждаю

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

## МЕНЮ

18 октября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
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	9,06	66,16	0,47
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>8,95</b>	<b>8,16</b>	<b>37,84</b>	<b>282,96</b>	<b>1,14</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>147</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	40	0,56	2,16	1,13	34,31	0,09
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,53	4,63	10,36	101,39	5,15
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	16,87	15,80	16,73	276,42	8,44
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>527</b>	<b>23,89</b>	<b>22,79</b>	<b>44,65</b>	<b>548,75</b>	<b>13,68</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	48	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,34	3,85	27,67	162,73	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,48	4,06	0,24	55,45	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,00	5,04	21,05	0,59
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,49	3,14	19,35	128,13	0,02
<b>Итого</b>			<b>429</b>	<b>15,98</b>	<b>11,27</b>	<b>60,60</b>	<b>410,36</b>	<b>5,61</b>
<b>Всего</b>				<b>49,42</b>	<b>42,72</b>	<b>158,59</b>	<b>1 312,57</b>	<b>23,43</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

18 октября 2024 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,28	5,07	12,72	118,54	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	10,06	70,81	0,48
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,07</b>	<b>17,25</b>	<b>49,58</b>	<b>398,35</b>	<b>1,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>147</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	45	0,75	2,73	1,41	42,86	1,79
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,42	5,08	11,68	114,32	5,90
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	22,50	19,55	22,29	355,05	11,27
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	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>692</b>	<b>32,61</b>	<b>28,31</b>	<b>65,88</b>	<b>731,23</b>	<b>19,26</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	48	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	5,37	4,43	34,36	199,01	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	6,03	25,71	1,11
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	7,59	5,04	27,78	187,41	0,04
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>18,56</b>	<b>14,08</b>	<b>70,37</b>	<b>485,03</b>	<b>6,15</b>
<b>Всего</b>				<b>65,84</b>	<b>60,14</b>	<b>201,33</b>	<b>1 685,11</b>	<b>29,79</b>

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

18 октября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	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	2,53	2,18	9,35	67,77	0,47
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>6,63</b>	<b>5,26</b>	<b>38,13</b>	<b>248,17</b>	<b>1,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</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	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,86	4,58	10,54	102,87	5,23
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,60	16,39	16,96	285,50	8,56
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>24,99</b>	<b>23,47</b>	<b>45,13</b>	<b>561,50</b>	<b>13,89</b>
<b>Уплотненный 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	120	4,36	3,71	27,84	162,35	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,53	4,10	0,25	56,05	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	5,27	21,78	0,56
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,82	3,84	21,86	149,67	0,03
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>17,34</b>	<b>11,87</b>	<b>63,52</b>	<b>432,85</b>	<b>5,59</b>
<b>Всего</b>				<b>49,56</b>	<b>41,10</b>	<b>162,28</b>	<b>1 313,02</b>	<b>23,55</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

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

## МЕНЮ

18 октября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	1,88	0,73	12,85	65,50	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	2,59	2,23	10,13	71,56	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,67</b>	<b>12,96</b>	<b>49,78</b>	<b>346,06</b>	<b>1,28</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</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	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,65	5,37	11,89	118,76	6,04
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	23,45	20,49	22,54	368,47	11,40
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	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>700</b>	<b>33,84</b>	<b>29,71</b>	<b>66,43</b>	<b>751,83</b>	<b>19,64</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,47	4,65	34,93	203,56	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	0,06	0,01	6,05	25,70	1,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,68	5,56	30,25	206,48	0,04
<b>Итого</b>			<b>503</b>	<b>19,71</b>	<b>14,82</b>	<b>73,43</b>	<b>508,64</b>	<b>6,16</b>
<b>Всего</b>				<b>64,82</b>	<b>57,99</b>	<b>205,14</b>	<b>1 677,03</b>	<b>30,08</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_