

Утверждаю

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

12 сентября 2024 г.

Ясли 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	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	101	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>101</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 СОЛЕННЫЙ	38	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,22	5,96	7,62	103,46	5,08
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,55	4,75	2,48	90,59	0,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,50	4,10	17,08	115,56	8,30
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,08	0,00	5,04	21,10	0,65
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	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>577</b>	<b>14,05</b>	<b>15,44</b>	<b>49,12</b>	<b>416,21</b>	<b>15,13</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,76	13,43	11,93	226,29	16,67
	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	3,57	5,01	17,09	127,96	4,97
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>21,93</b>	<b>21,79</b>	<b>59,15</b>	<b>529,38</b>	<b>22,62</b>
<b>Всего</b>				<b>46,68</b>	<b>49,53</b>	<b>176,07</b>	<b>1 321,59</b>	<b>44,45</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

12 сентября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	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>12,64</b>	<b>16,08</b>	<b>43,89</b>	<b>355,14</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	101	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>101</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	48	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,21	5,75	7,95	102,87	5,24
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	80	23,71	20,31	0,61	279,67	0,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,13	5,01	21,30	143,34	10,35
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,11	0,01	6,01	25,76	1,18
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>729</b>	<b>17,13</b>	<b>17,97</b>	<b>60,36</b>	<b>506,87</b>	<b>18,17</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,41	12,60	12,77	225,34	17,66
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,93	3,04	29,90	166,84	5,42
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>574</b>	<b>23,96</b>	<b>19,01</b>	<b>76,40</b>	<b>582,01</b>	<b>24,16</b>
<b>Всего</b>				<b>55,23</b>	<b>53,56</b>	<b>201,65</b>	<b>1 540,02</b>	<b>47,35</b>

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

# МЕНЮ

12 сентября 2024 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	155	2,44	9,20	21,75	179,55	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>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	4,18	6,17	8,21	108,04	5,36
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10/5	4,64	2,74	17,87	115,48	7,33
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,55	4,75	2,48	90,59	0,30
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,25	11,59	0,00	175,26	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,14	17,11	116,00	8,31
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	2,38	8,47	19,05	162,19	9,60
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	4,94	20,48	0,54
	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>13,98</b>	<b>15,69</b>	<b>49,64</b>	<b>420,61</b>	<b>15,31</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,57	13,47	12,33	227,90	17,15
	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	3,78	5,09	17,67	131,85	5,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>21,95</b>	<b>21,91</b>	<b>60,13</b>	<b>534,88</b>	<b>23,33</b>
<b>Всего</b>				<b>46,63</b>	<b>49,90</b>	<b>177,57</b>	<b>1 331,49</b>	<b>45,34</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

# МЕНЮ

12 сентября 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	3,61	5,81	22,86	158,06	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>1,00</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>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,24	6,45	8,19	110,57	5,52
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/5	4,26	7,57	11,33	130,93	5,42
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	20,40	13,71	0,00	207,26	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,08	21,34	144,26	10,36
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,94	4,59	23,76	148,32	12,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	6,01	25,53	1,12
	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>17,14</b>	<b>18,74</b>	<b>60,64</b>	<b>515,26</b>	<b>18,40</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,36	12,61	12,85	225,72	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	4,98	3,52	30,09	171,98	5,54
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
<b>Итого</b>			<b>575</b>	<b>23,96</b>	<b>19,50</b>	<b>76,67</b>	<b>587,53</b>	<b>24,80</b>
<b>Всего</b>				<b>55,34</b>	<b>54,94</b>	<b>202,41</b>	<b>1 555,79</b>	<b>48,22</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_