

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 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	3,72	3,35	10,62	88,12	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,56	2,15	9,43	67,89	0,47
Итого			365	10,08	11,60	40,95	310,01	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	153	1,23	0,00	15,03	69,00	38,33
Итого			153	1,23	0,00	15,03	69,00	38,33
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,33	4,14	12,62	105,21	4,77
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	12,86	7,43	0,42	135,84	10,04
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№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			574	22,88	15,83	74,91	550,11	78,57
Полдник								
2016	272	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	8,48	3,38	3,65	78,93	0,57
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,98	15,64	108,01	7,58
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,79	0,16	26,82	112,02	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,83	1,65	28,11	146,44	0,10
Итого			387	17,42	9,29	80,62	476,40	8,25
Всего				51,61	36,72	211,51	1 405,52	126,09

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 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	3,72	3,35	10,62	88,12	0,07
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	2,61	2,20	10,16	71,45	0,48
Итого			415	11,40	13,65	48,68	364,57	1,05
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	184	1,47	0,00	18,05	82,86	46,03
Итого			184	1,47	0,00	18,05	82,86	46,03
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,11	4,93	17,31	134,19	6,71
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	18,39	11,82	3,21	219,02	13,91
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,20	3,98	33,34	181,01	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	16	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			718	30,30	21,82	94,46	722,62	97,62
Полдник								
2016	272	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10,63	4,29	5,31	102,34	0,83
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,71	4,44	18,40	124,74	8,92
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,95	0,19	32,09	134,10	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,81	1,67	27,96	145,91	0,10
Итого			456	20,10	10,71	90,16	538,09	9,85
Всего				63,27	46,18	251,35	1 708,14	154,55

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 2025 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (аллергии)	165	4,06	5,04	42,21	229,12	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,53	2,18	9,19	67,13	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			365	7,83	8,86	40,37	273,53	0,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,16	4,19	12,14	103,08	4,68
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (аллергии)	150	2,85	8,46	20,41	169,48	6,72
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	13,45	9,63	5,92	163,58	13,05
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	2,72	3,38	28,26	153,39	0,00
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			571	23,33	18,12	80,22	577,25	81,49
Уплотненный Полдник								
2016	272	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	8,52	3,41	3,73	79,56	0,57
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	4,06	15,70	108,86	7,61
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	115	2,15	8,42	17,15	153,23	8,64
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,79	1,69	28,08	146,55	0,10
Итого			385	16,74	9,38	72,01	440,97	9,48
Всего				47,90	36,36	192,60	1 291,75	91,84

Медицинская сестра _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

4 марта 2025 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	205	4,92	6,29	51,54	281,64	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,23	10,10	71,41	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			415	9,16	10,91	48,28	328,81	0,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,95	4,71	17,04	130,52	6,72
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (аллергики)	200/10/1	2,48	4,40	17,53	119,75	5,28
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	18,51	12,03	3,29	222,67	13,97
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,20	3,98	33,34	181,01	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	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			716	30,26	21,81	94,27	722,60	97,69
Уплотненный Полдник								
2016	272	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	10,58	4,28	5,19	101,78	0,84
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	20,40	13,71	0,00	207,26	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,40	18,52	124,99	8,98
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,53	4,51	20,44	132,63	10,32
	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	4,89	1,55	28,14	145,92	0,10
Итого			455	19,32	10,47	79,97	491,89	11,32
Всего				58,74	43,19	222,52	1 543,30	109,99

Медицинская сестра _____