

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 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		
<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	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	ТК№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>12,04</b>	<b>14,60</b>	<b>40,90</b>	<b>327,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	156	0,78	0,16	15,71	66,89	3,11
<b>Итого</b>			<b>156</b>	<b>0,78</b>	<b>0,16</b>	<b>15,71</b>	<b>66,89</b>	<b>3,11</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	5,67	4,74	72,68	4,26
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,09	5,93	8,27	105,45	5,16
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,83	4,12	15,55	117,42	0,21
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,52	1,50	7,01	52,13	3,88
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,06	0,00	4,96	20,01	0,01
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>583</b>	<b>16,87</b>	<b>17,92</b>	<b>58,86</b>	<b>458,62</b>	<b>13,52</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,88	9,19	16,26	223,21	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	105	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	19	1,42	1,85	14,05	78,77	0,00
<b>Итого</b>			<b>374</b>	<b>24,50</b>	<b>14,24</b>	<b>45,11</b>	<b>414,18</b>	<b>16,20</b>
<b>Всего</b>				<b>54,19</b>	<b>46,92</b>	<b>160,58</b>	<b>1 266,69</b>	<b>33,83</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 марта 2025 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	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,04</b>	<b>15,30</b>	<b>49,60</b>	<b>372,00</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,91	0,18	18,36	78,18	3,64
<b>Итого</b>			<b>182</b>	<b>0,91</b>	<b>0,18</b>	<b>18,36</b>	<b>78,18</b>	<b>3,64</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	6,52	6,09	86,42	3,91
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,14	5,98	8,41	106,78	5,34
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	11,14	6,06	7,33	128,45	0,36
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	75	22,52	19,30	0,47	265,25	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,26	1,96	10,58	75,39	5,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,05	0,00	6,12	24,66	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	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>734</b>	<b>21,99</b>	<b>21,47</b>	<b>62,03</b>	<b>538,70</b>	<b>15,10</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,24	11,95	21,14	286,13	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	105	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	28	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>32,32</b>	<b>19,15</b>	<b>64,44</b>	<b>534,03</b>	<b>16,50</b>
<b>Всего</b>				<b>68,26</b>	<b>56,10</b>	<b>194,43</b>	<b>1 522,91</b>	<b>36,34</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

6 марта 2025 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	155	2,44	9,20	21,75	179,55	0,00
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>12,04</b>	<b>14,60</b>	<b>40,90</b>	<b>327,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	5,95	4,74	75,07	4,08
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,22	6,30	8,17	109,05	5,30
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10/5	4,56	2,73	17,23	112,46	7,02
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,60	4,00	15,10	114,00	0,20
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,42	1,56	5,83	47,81	4,24
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>16,61</b>	<b>18,51</b>	<b>57,01</b>	<b>456,21</b>	<b>13,82</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,88	9,19	16,26	223,21	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	153	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>24,58</b>	<b>14,35</b>	<b>45,94</b>	<b>418,81</b>	<b>16,20</b>
<b>Всего</b>				<b>53,23</b>	<b>47,46</b>	<b>143,85</b>	<b>1 202,02</b>	<b>31,02</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

## МЕНЮ

6 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,03	4,30	25,42	151,37	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>13,04</b>	<b>15,30</b>	<b>49,60</b>	<b>372,00</b>	<b>1,10</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,40	6,08	94,26	3,86
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,24	6,45	8,19	110,58	5,52
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/5	4,30	7,58	11,61	132,24	5,56
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,74	6,15	6,94	126,05	0,35
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	20,40	13,71	0,00	207,26	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,21	2,02	9,86	73,11	5,92
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
	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>731</b>	<b>21,59</b>	<b>22,97</b>	<b>60,38</b>	<b>544,22</b>	<b>15,65</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>32,09</b>	<b>19,03</b>	<b>64,23</b>	<b>531,20</b>	<b>16,50</b>
<b>Всего</b>				<b>66,72</b>	<b>57,30</b>	<b>174,21</b>	<b>1 447,42</b>	<b>33,25</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_