

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 января 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	3,79	3,60	9,42	85,95	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	2,56	2,15	9,10	66,59	0,47
Итого			360	8,95	8,25	37,02	280,54	1,14
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,32	1,21	36,87	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,68	4,74	10,62	104,16	5,30
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,68	16,46	17,13	287,21	8,65
	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
Итого			530	24,90	23,72	45,39	564,87	14,05
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	56	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	5,03	20,94	0,53
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,37	3,47	21,43	143,04	0,03
Итого			441	16,86	11,60	62,67	425,16	5,56
Всего				51,31	44,07	160,58	1 341,07	23,75

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 января 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,36	5,29	11,76	117,03	0,11
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	2,61	2,20	10,20	71,63	0,48
Итого			420	14,17	17,49	48,76	397,66	1,39
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
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	5,68	5,43	11,97	119,81	6,08
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	23,58	20,55	22,83	370,68	11,55
	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	23	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			698	34,00	29,83	66,80	755,09	19,83
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	55	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,42	4,67	34,63	202,36	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	0,09	0,01	6,10	25,85	0,97
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,95	5,59	31,14	211,42	0,04
Итого			508	19,96	14,87	74,07	512,53	6,01
Всего				68,73	62,69	205,13	1 735,78	30,23

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 января 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	1,66	0,64	11,35	57,86	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,85	8,36	23,77	177,70	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,56	2,21	9,29	67,88	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			360	6,82	5,35	39,14	253,74	1,07
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,59	2,28	1,19	36,13	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,66	4,74	10,50	103,55	5,23
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,52	16,34	16,85	284,38	8,51
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			534	24,70	23,56	44,97	560,69	13,84
Уплотненный Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	4,15	3,83	26,53	157,26	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,48	4,06	0,24	55,45	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	5,15	21,33	0,55
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,21	3,42	20,85	139,66	0,03
Итого			433	16,47	11,53	61,07	416,70	5,58
Всего				48,59	40,94	160,68	1 301,63	23,49

Медицинская сестра _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 января 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	40	2,07	0,80	14,19	72,34	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	1,85	8,36	23,77	177,70	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,62	2,25	10,18	72,07	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			420	10,89	13,05	51,17	353,41	1,28
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,79	2,87	1,49	45,14	1,88
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,62	5,15	11,85	116,52	6,03
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	23,32	20,35	22,46	366,37	11,35
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			707	33,67	29,32	66,30	747,03	19,56
Уплотненный Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	5,20	4,53	33,26	194,77	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	25,73	1,14
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,64	5,59	29,94	205,23	0,04
Итого			499	19,40	14,73	71,45	498,63	6,18
Всего				64,56	57,60	204,42	1 669,57	30,02

Медицинская сестра _____