

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

| 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 | 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 _____