

Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,44	2,16	16,27	70,01	1,85
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	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>7,66</b>	<b>9,26</b>	<b>42,67</b>	<b>296,01</b>	<b>2,75</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,73	3,62	19,75	130,67	2,83
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,67	2,84	4,63	78,57	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,83	4,75	12,42	104,17	8,02
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,56	0,12	24,55	101,57	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>561</b>	<b>19,19</b>	<b>11,95</b>	<b>76,45</b>	<b>490,88</b>	<b>12,64</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,30	10,87	8,87	174,37	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,36	4,04	15,61	108,72	7,28
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,04	0,00	5,34	21,46	0,01
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>14,80</b>	<b>15,53</b>	<b>43,92</b>	<b>374,85</b>	<b>7,29</b>
<b>Всего</b>				<b>42,40</b>	<b>36,89</b>	<b>178,19</b>	<b>1 226,24</b>	<b>25,68</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,44	2,16	16,27	70,04	1,85
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	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>11,44</b>	<b>12,86</b>	<b>63,97</b>	<b>380,44</b>	<b>2,85</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	187	1,50	0,00	18,33	84,17	46,76
<b>Итого</b>			<b>187</b>	<b>1,50</b>	<b>0,00</b>	<b>18,33</b>	<b>84,17</b>	<b>46,76</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,10	4,11	20,97	141,50	3,11
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,71	4,10	6,17	108,31	0,25
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	50	14,44	12,39	0,29	170,19	0,12
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,67	2,96	11,28	82,92	8,52
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,68	0,14	29,64	122,63	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	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>702</b>	<b>24,14</b>	<b>12,26</b>	<b>92,86</b>	<b>579,36</b>	<b>13,88</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,01	10,75	10,03	184,70	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	3,14	19,73	119,72	9,24
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,32	3,32	30,64	169,52	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
<b>Итого</b>			<b>466</b>	<b>26,53</b>	<b>19,44</b>	<b>74,51</b>	<b>678,84</b>	<b>12,24</b>
<b>Всего</b>				<b>63,61</b>	<b>44,56</b>	<b>249,67</b>	<b>1 722,81</b>	<b>75,73</b>

Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,28	1,91	14,39	61,93	1,64
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	3,40	8,79	30,25	213,69	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)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7,50</b>	<b>9,01</b>	<b>40,79</b>	<b>287,93</b>	<b>2,54</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>147</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,45	3,60	18,67	125,01	2,79
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,48	2,98	4,30	77,73	0,18
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,68	4,48	11,75	98,66	7,81
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,71	86,92	0,89
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>18,11</b>	<b>11,78</b>	<b>68,53</b>	<b>464,22</b>	<b>13,27</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,84	6,67	8,88	203,05	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	4,08	15,42	108,24	7,19
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,45	8,48	19,61	164,81	9,88
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>363</b>	<b>13,26</b>	<b>11,37</b>	<b>43,24</b>	<b>400,94</b>	<b>7,19</b>
<b>Всего</b>				<b>38,87</b>	<b>32,16</b>	<b>152,56</b>	<b>1 153,09</b>	<b>23,00</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,29	1,93	14,54	62,56	1,66
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,49	5,06	32,20	192,21	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)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>11,29</b>	<b>12,63</b>	<b>62,24</b>	<b>372,96</b>	<b>2,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>179</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,75	4,04	19,79	134,78	3,06
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,26	4,04	5,77	104,36	0,24
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,88	8,65	0,00	130,81	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,61	2,87	11,08	81,09	8,37
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>688</b>	<b>22,72</b>	<b>12,02</b>	<b>83,91</b>	<b>548,58</b>	<b>14,76</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,30	11,06	9,74	187,45	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,92	3,10	19,46	118,08	9,12
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,93	4,59	23,68	147,95	11,96
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,15	3,40	29,10	163,43	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
<b>Итого</b>			<b>464</b>	<b>26,61</b>	<b>19,79</b>	<b>72,41</b>	<b>673,86</b>	<b>12,12</b>
<b>Всего</b>				<b>60,62</b>	<b>44,44</b>	<b>218,56</b>	<b>1 595,40</b>	<b>29,54</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_