

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,08	3,90	6,65	58,90	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	2,02	2,30	31,10	1,79
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,09	13,64	1,88	91,34	0,17
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,72	3,14	15,29	104,86	0,59
Итого			345	18,04	22,70	26,12	286,20	2,55
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	129	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			129	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,63	1,94	11,80	67,58	0,42
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	6,22	9,06	111,00	3,55
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	55	10,66	2,24	8,86	97,85	0,38
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	95	1,55	3,53	9,80	76,54	4,13
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	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
Итого			527	19,34	14,55	59,42	508,27	8,48
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	39	4,70	4,32	0,29	60,48	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,41	1,61	6,10	49,55	4,12
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,03	7,28	28,39	0,13
Итого			371	12,09	11,56	46,67	341,42	4,25
Всего				50,07	49,31	147,71	1 206,39	18,28

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,08	3,90	6,65	58,90	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,62	2,91	39,29	2,13
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	15,09	20,58	2,84	146,02	0,20
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,72	3,14	15,29	104,86	0,59
Итого			400	23,35	30,24	27,69	349,07	2,92
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	129	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			129	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,79	2,43	14,25	82,45	0,54
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,28	6,40	10,15	117,84	4,01
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,82	15,84	9,81	225,13	0,45
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	70	19,78	16,95	0,41	233,00	0,16
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	130	2,06	4,82	13,42	104,75	5,68
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	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			685	21,93	30,44	78,13	749,17	10,68
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	39	4,70	4,32	0,29	58,46	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,18	2,06	9,72	72,89	5,76
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,04	10,71	41,72	0,19
Итого			456	12,48	11,62	74,52	447,07	5,95
Всего				58,36	72,80	195,84	1 615,81	22,55

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,08	2,38	32,07	1,84
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,40	14,06	1,94	94,13	0,17
	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
Итого			350	18,60	23,40	26,85	294,58	2,61
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	141	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			141	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,12	32,67	1,09
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,38	6,42	10,28	118,84	4,04
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,00	2,31	9,14	100,94	0,39
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,80	4,10	11,40	89,00	4,80
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	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
Итого			555	19,92	13,49	53,84	496,75	10,32
Уплотненный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,47	1,46	6,43	49,32	4,57
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	21	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,04	0,03	6,70	26,01	0,11
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			491	15,81	14,72	52,06	411,96	5,06
Всего				54,93	52,11	148,25	1 273,79	20,99

Медицинская сестра _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,21	4,06	6,93	61,38	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,62	2,91	39,29	2,13
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
Итого			410	23,87	30,88	28,34	356,67	2,93
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	142	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			142	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,90	40,89	1,49
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,55	6,51	11,28	124,34	4,54
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,27	16,24	10,43	232,83	0,47
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	19,60	13,17	0,00	199,14	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	5,60	15,60	121,80	6,60
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	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
Итого			714	22,63	29,35	71,71	738,86	13,10
Уплотненный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,23	1,85	10,08	72,00	6,32
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	35	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,06	0,04	10,14	39,34	0,17
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			570	16,19	14,72	79,95	516,87	6,87
Всего				63,29	75,45	195,50	1 682,90	25,90

Медицинская сестра _____