

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 января 2025 г.

Ясли 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,44	70,74	1,87
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,26	11,88	47,44	282,74	2,77
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,18	6,31	7,81	107,60	5,17
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,60	4,80	2,50	91,50	0,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,46	4,21	16,73	114,92	8,13
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,00	5,01	20,81	0,49
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			580	14,01	15,95	48,95	420,33	14,89
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,56	13,50	12,19	227,76	17,10
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,61	5,33	18,24	135,93	5,10
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			511	21,77	22,18	60,56	538,82	23,18
Всего				46,54	50,51	177,95	1 337,89	44,84

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	3,11	3,94	6,72	59,52	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	12,61	16,04	43,82	354,52	1,00
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,20	6,32	8,00	108,36	5,32
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ)	80	23,60	20,22	0,59	278,27	0,25
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,10	5,05	20,96	141,98	10,17
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,10	0,01	6,09	25,89	1,03
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			728	17,08	18,58	60,15	511,13	17,92
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,40	12,63	12,99	226,94	18,10
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5,19	3,35	31,69	177,88	5,56
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			576	24,21	19,35	78,41	594,65	24,74
Всего				55,40	54,47	203,38	1 556,30	47,68

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

16 января 2025 г.

Ясли 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	155	2,44	9,20	21,75	179,55	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	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			365	9,20	11,80	46,80	280,00	2,70
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			98	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,16	6,15	7,66	105,88	5,21
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10/5	4,58	2,73	17,39	113,21	7,10
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,65	4,85	2,53	92,42	0,30
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,28	17,10	117,29	8,31
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	125	2,32	8,46	18,58	159,95	9,36
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	4,93	20,38	0,50
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150/5	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			583	14,06	15,91	49,12	421,47	15,12
Уплотненный Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,62	13,61	11,34	225,79	17,04
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,57	5,33	17,39	132,10	5,02
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			511	21,79	22,29	58,86	533,02	23,04
Всего				46,55	50,50	175,78	1 330,49	44,86

Медицинская сестра _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3,61	5,81	22,86	158,06	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	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			415	12,64	16,08	43,89	355,14	1,00
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	98	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			98	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/12/5	4,21	6,49	7,91	110,21	5,32
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/5	4,27	7,57	11,45	131,46	5,49
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	20,40	13,71	0,00	207,26	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	4,93	21,35	142,90	10,35
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,93	4,59	23,68	147,95	11,96
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	5,87	24,92	1,05
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			738	17,11	18,63	60,23	512,93	18,12
Уплотненный Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,34	12,63	12,22	223,73	18,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,90	3,39	29,70	168,99	5,52
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			576	23,86	19,39	75,65	582,55	24,60
Всего				55,11	54,60	200,77	1 546,62	47,74

Медицинская сестра _____