

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	3,45	3,10	10,04	82,35	0,06
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	9,33	67,57	0,47
Итого			360	8,61	7,75	37,87	277,92	1,13
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	36,14	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,62	4,94	10,36	104,53	5,13
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	17,17	16,06	16,68	279,74	8,42
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			523	24,31	23,48	44,66	557,04	13,65
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	4,24	3,54	27,05	157,22	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,59	4,15	0,25	56,71	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,00	5,25	21,83	0,54
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,72	3,29	22,87	148,54	0,03
Итого			428	17,22	11,20	63,72	427,30	5,57
Всего				50,74	42,93	161,75	1 332,76	23,35

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	4,89	4,57	12,66	112,16	0,09
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	2,62	2,20	10,02	71,04	0,48
Итого			420	13,71	16,77	49,48	392,20	1,37
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,78	2,84	1,47	44,69	1,86
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,48	5,48	11,62	117,98	5,88
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	195	22,87	19,91	22,19	359,32	11,22
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	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
Итого			693	33,07	29,18	65,78	740,99	19,26
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	48	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	5,27	4,42	33,68	195,78	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	0,10	0,01	5,95	25,45	1,11
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,01	5,52	31,79	213,46	0,04
Итого			496	19,88	14,55	73,62	507,59	6,15
Всего				67,26	61,00	204,38	1 711,28	29,78

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	1,54	0,60	10,57	53,90	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	2,52	2,17	9,01	66,22	0,46
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			360	6,66	5,27	38,08	248,12	1,06
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,57	4,44	10,50	100,27	5,22
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,60	16,47	16,95	286,19	8,56
	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	24,70	23,41	45,08	559,59	13,88
Уплотненный Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	4,20	3,69	26,80	157,35	0,00
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,53	4,10	0,25	56,05	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,03	0,00	4,96	20,62	0,62
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	160	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,00	3,34	21,19	139,10	0,03
Итого			427	16,36	11,35	61,50	416,12	5,65
Всего				48,32	40,53	160,16	1 294,33	23,59

Медицинская сестра _____

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	35	1,93	0,74	13,20	67,28	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	1,83	5,70	20,51	140,61	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,57	2,21	10,04	70,95	0,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			415	10,70	12,95	50,04	347,23	1,28
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	145	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			145	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	5,66	5,32	11,99	118,88	6,14
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	23,41	20,45	22,59	368,15	11,42
	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	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			701	33,81	29,62	66,58	751,63	19,76
Уплотненный Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	145	5,22	4,57	33,37	195,65	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	0,07	0,01	6,00	25,58	1,19
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,55	5,53	29,88	204,15	0,04
Итого			495	19,34	14,71	71,45	498,28	6,23
Всего				64,45	57,78	203,57	1 667,64	30,27

Медицинская сестра _____