

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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>8,61</b>	<b>7,75</b>	<b>37,87</b>	<b>277,92</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>147</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>523</b>	<b>24,31</b>	<b>23,48</b>	<b>44,66</b>	<b>557,04</b>	<b>13,65</b>
<b>Полдник</b>								
	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
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>17,22</b>	<b>11,20</b>	<b>63,72</b>	<b>427,30</b>	<b>5,57</b>
<b>Всего</b>				<b>50,74</b>	<b>42,93</b>	<b>161,75</b>	<b>1 332,76</b>	<b>23,35</b>

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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,71</b>	<b>16,77</b>	<b>49,48</b>	<b>392,20</b>	<b>1,37</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>148</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>693</b>	<b>33,07</b>	<b>29,18</b>	<b>65,78</b>	<b>740,99</b>	<b>19,26</b>
<b>Полдник</b>								
	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
<b>Итого</b>			<b>496</b>	<b>19,88</b>	<b>14,55</b>	<b>73,62</b>	<b>507,59</b>	<b>6,15</b>
<b>Всего</b>				<b>67,26</b>	<b>61,00</b>	<b>204,38</b>	<b>1 711,28</b>	<b>29,78</b>

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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>6,66</b>	<b>5,27</b>	<b>38,08</b>	<b>248,12</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>146</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>24,70</b>	<b>23,41</b>	<b>45,08</b>	<b>559,59</b>	<b>13,88</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	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
<b>Итого</b>			<b>427</b>	<b>16,36</b>	<b>11,35</b>	<b>61,50</b>	<b>416,12</b>	<b>5,65</b>
<b>Всего</b>				<b>48,32</b>	<b>40,53</b>	<b>160,16</b>	<b>1 294,33</b>	<b>23,59</b>

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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>10,70</b>	<b>12,95</b>	<b>50,04</b>	<b>347,23</b>	<b>1,28</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	145	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>701</b>	<b>33,81</b>	<b>29,62</b>	<b>66,58</b>	<b>751,63</b>	<b>19,76</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
	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
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>19,34</b>	<b>14,71</b>	<b>71,45</b>	<b>498,28</b>	<b>6,23</b>
<b>Всего</b>				<b>64,45</b>	<b>57,78</b>	<b>203,57</b>	<b>1 667,64</b>	<b>30,27</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_