

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

14 апреля 2026 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               | 216           | -ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 125/15     | 5,05              | 6,98         | 20,04         | 158,59                         | 0,16           |
| 2012               | 393           | -ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 150/5      | 0,13              | 0,01         | 8,06          | 33,70                          | 0,88           |
| 2012               | 2             | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                            | 25         | 1,31              | 0,49         | 13,36         | 63,13                          | 0,04           |
| 2008               | пром.         | ФРУКТ  | 77         | 0,69              | 0,15         | 6,24          | 33,13                          | 46,23          |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>397</b> | <b>7,18</b>       | <b>7,63</b>  | <b>47,70</b>  | <b>288,55</b>                  | <b>47,31</b>   |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| к/к                | к/к           | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%                             | 100        | 1,87              | 2,12         | 9,25          | 63,64                          | 0,82           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>100</b> | <b>1,87</b>       | <b>2,12</b>  | <b>9,25</b>   | <b>63,64</b>                   | <b>0,82</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008               | 50            | -САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ                      | 45         | 1,54              | 4,20         | 6,08          | 26,15                          | 6,16           |
| 2012               | 76            | -РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180        | 2,43              | 3,15         | 12,76         | 115,30                         | 4,20           |
| 2008               | 229           | -РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ           | 60         | 7,41              | 3,39         | 10,45         | 99,82                          | 1,18           |
| 2012               | 321           | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 115        | 1,72              | 4,71         | 15,63         | 114,69                         | 3,77           |
|                    | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                             | 20         | 1,32              | 0,18         | 8,48          | 40,79                          | 0,00           |
|                    | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 25         | 1,88              | 0,73         | 12,85         | 65,50                          | 0,00           |
| 2012               | 372           | КОМПОТ ИЗ ГРУШ                                   | 180        | 0,18              | 0,15         | 14,53         | 60,82                          | 0,97           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>625</b> | <b>16,48</b>      | <b>16,51</b> | <b>80,78</b>  | <b>523,07</b>                  | <b>16,28</b>   |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012               | 237           | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ        | 135/25     | 4,42              | 5,38         | 18,53         | 145,07                         | 3,09           |
| 2008               | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 136        | 3,80              | 3,40         | 6,38          | 70,62                          | 0,73           |
|                    | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 25         | 1,88              | 0,73         | 12,85         | 65,50                          | 0,00           |
| 2012               | 458           | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 55         | 6,26              | 5,45         | 23,31         | 150,46                         | 0,83           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>376</b> | <b>16,36</b>      | <b>14,96</b> | <b>61,07</b>  | <b>431,65</b>                  | <b>4,65</b>    |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>41,89</b>      | <b>41,22</b> | <b>198,80</b> | <b>1 306,91</b>                | <b>69,06</b>   |

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ ЦРР детский сад № 60  
\_\_\_\_\_/Богомолова Е.Н./**МЕНЮ**

14 апреля 2026 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               | 216           | -ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 135/20     | 6,33              | 7,27         | 22,48         | 217,72                         | 0,18           |
| 2012               | 393           | -ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 190/10     | 0,24              | 0,01         | 10,28         | 44,01                          | 1,79           |
| 2012               | 2             | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                            | 35         | 1,53              | 0,57         | 20,33         | 92,60                          | 0,08           |
| 2008               | пром.         | ФРУКТ  | 81         | 0,73              | 0,16         | 6,54          | 34,70                          | 48,42          |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>471</b> | <b>8,83</b>       | <b>8,01</b>  | <b>59,63</b>  | <b>389,03</b>                  | <b>50,47</b>   |
| <b>II Завтрак</b>  |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008               | 435           | ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ              | 125        | 2,82              | 3,41         | 14,80         | 102,21                         | 1,02           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>125</b> | <b>2,82</b>       | <b>3,41</b>  | <b>14,80</b>  | <b>102,21</b>                  | <b>1,02</b>    |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008               | 50            | -САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ                      | 55         | 1,06              | 5,05         | 13,91         | 44,63                          | 7,40           |
| 2012               | 76            | -РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200        | 3,41              | 3,03         | 13,78         | 128,89                         | 7,99           |
| 2008               | 229           | -РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ           | 75         | 8,42              | 4,33         | 6,13          | 123,64                         | 1,51           |
| 2008               | 252           | МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)            | 60         | 15,15             | 10,18        | 0,00          | 153,92                         | 0,00           |
| 2012               | 321           | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 140        | 2,73              | 6,46         | 23,03         | 143,77                         | 4,57           |
|                    | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                             | 24         | 1,57              | 0,21         | 10,06         | 48,40                          | 0,00           |
|                    | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 33         | 2,50              | 0,97         | 17,12         | 87,26                          | 0,00           |
| 2012               | 375           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-                           | 180        | 0,29              | 0,12         | 8,55          | 38,56                          | 24,33          |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>707</b> | <b>19,98</b>      | <b>20,17</b> | <b>92,58</b>  | <b>615,15</b>                  | <b>45,80</b>   |
| <b>Полдник</b>     |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012               | 237           | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ       | 170/20     | 9,11              | 7,17         | 13,60         | 147,64                         | 3,88           |
|                    | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 33         | 2,51              | 0,97         | 17,21         | 87,70                          | 0,00           |
| 2008               | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 170        | 5,01              | 4,32         | 8,29          | 93,27                          | 0,92           |
| 2012               | 458           | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 50         | 5,59              | 4,68         | 20,01         | 129,16                         | 0,71           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>443</b> | <b>22,22</b>      | <b>17,14</b> | <b>59,11</b>  | <b>457,77</b>                  | <b>5,51</b>    |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>53,85</b>      | <b>48,73</b> | <b>226,12</b> | <b>1 564,16</b>                | <b>102,80</b>  |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

14 апреля 2026 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                       | 216           | -ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 130/15     | 16,91             | 19,15        | 4,03          | 256,40                         | 0,88           |
| 2012                       | 393           | -ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 150/5      | 0,04              | 0,00         | 8,04          | 33,14                          | 0,78           |
| 2012                       | 2             | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                            | 25         | 1,33              | 0,50         | 12,86         | 61,35                          | 0,03           |
| 2008                       | пром.         | ФРУКТЫ   | 77         | 0,31              | 0,23         | 7,96          | 36,35                          | 3,87           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>402</b> | <b>18,59</b>      | <b>19,88</b> | <b>32,89</b>  | <b>387,24</b>                  | <b>5,56</b>    |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| к/к                        | к/к           | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%                             | 100        | 2,81              | 2,62         | 10,38         | 76,63                          | 0,28           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>100</b> | <b>2,81</b>       | <b>2,62</b>  | <b>10,38</b>  | <b>76,63</b>                   | <b>0,28</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 50            | -САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ                      | 35         | 1,27              | 3,47         | 5,03          | 21,61                          | 5,09           |
| 2012                       | 76            | -РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 180        | 2,43              | 3,15         | 12,76         | 115,30                         | 4,20           |
| 2008                       | 229           | -РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ           | 55         | 6,97              | 3,19         | 9,82          | 93,86                          | 1,10           |
| 2012                       | 321           | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 110        | 1,59              | 4,37         | 14,50         | 106,42                         | 3,50           |
|                            | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                             | 16         | 1,06              | 0,14         | 6,78          | 32,63                          | 0,00           |
|                            | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 23         | 1,73              | 0,67         | 11,82         | 60,26                          | 0,00           |
| 2012                       | 372           | КОМПОТ ИЗ ГРУШ                                   | 180        | 0,09              | 0,07         | 10,90         | 44,85                          | 0,44           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>599</b> | <b>15,14</b>      | <b>15,06</b> | <b>71,61</b>  | <b>474,93</b>                  | <b>14,33</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 237           | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ        | 120/15     | 22,02             | 14,33        | 31,38         | 348,34                         | 0,30           |
|                            | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 23         | 1,73              | 0,67         | 11,82         | 60,26                          | 0,00           |
| 2008                       | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 130        | 3,62              | 3,23         | 6,08          | 67,25                          | 0,69           |
| 2012                       | 458           | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 45         | 4,95              | 4,31         | 18,44         | 119,02                         | 0,66           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>333</b> | <b>32,32</b>      | <b>22,54</b> | <b>67,72</b>  | <b>594,87</b>                  | <b>1,65</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>68,86</b>      | <b>60,10</b> | <b>182,60</b> | <b>1 533,67</b>                | <b>21,82</b>   |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Шурпо Н.В.

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

14 апреля 2026 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                       | 216           | -ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ               | 140/20     | 16,62             | 19,99        | 4,38          | 264,40                         | 1,09           |
| 2012                       | 393           | -ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                   | 190/10     | 0,09              | 0,01         | 9,96          | 41,86                          | 1,53           |
| 2012                       | 2             | -БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                            | 35         | 1,58              | 0,59         | 19,05         | 87,91                          | 0,07           |
| 2008                       | пром.         | ФРУКТЫ   | 117        | 1,06              | 0,23         | 9,50          | 50,42                          | 70,35          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>512</b> | <b>19,35</b>      | <b>20,82</b> | <b>42,89</b>  | <b>444,59</b>                  | <b>73,04</b>   |
| <b>II Завтрак</b>          |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 435           | ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ              | 125        | 4,75              | 3,75         | 15,63         | 115,00                         | 1,00           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>125</b> | <b>4,75</b>       | <b>3,75</b>  | <b>15,63</b>  | <b>115,00</b>                  | <b>1,00</b>    |
| <b>Обед</b>                |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2008                       | 50            | -САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ                      | 50         | 0,98              | 4,68         | 12,90         | 41,37                          | 6,86           |
| 2012                       | 76            | -РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200        | 3,41              | 3,03         | 13,78         | 128,89                         | 7,99           |
| 2008                       | 229           | -РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ           | 80         | 8,77              | 4,51         | 6,39          | 128,79                         | 1,57           |
| 2012                       | 321           | -ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                               | 145        | 2,84              | 6,73         | 23,99         | 149,74                         | 4,76           |
|                            | ТК №002       | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                             | 22         | 1,43              | 0,19         | 9,15          | 44,02                          | 0,00           |
|                            | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 35         | 2,62              | 1,01         | 17,93         | 91,38                          | 0,00           |
| 2012                       | 375           | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-                           | 180        | 0,29              | 0,12         | 8,72          | 39,05                          | 23,66          |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>712</b> | <b>20,34</b>      | <b>20,27</b> | <b>92,86</b>  | <b>623,24</b>                  | <b>44,84</b>   |
| <b>Уплотненный Полдник</b> |               |  |            |                   |              |               |                                |                |
| 2012                       | 237           | -ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ       | 175/20     | 33,84             | 20,53        | 46,67         | 514,85                         | 0,41           |
| 2008                       | 434           | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 176        | 5,19              | 4,48         | 8,59          | 96,71                          | 0,96           |
|                            | ТК №005       | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 35         | 2,62              | 1,01         | 17,93         | 91,38                          | 0,00           |
| 2012                       | 458           | -ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 45         | 5,10              | 4,27         | 18,26         | 117,84                         | 0,65           |
| <b>Итого</b>               |               |  | <b>451</b> | <b>46,75</b>      | <b>30,29</b> | <b>91,45</b>  | <b>820,78</b>                  | <b>2,02</b>    |
| <b>Всего</b>               |               |  |            | <b>91,19</b>      | <b>75,13</b> | <b>242,83</b> | <b>2 003,61</b>                | <b>120,90</b>  |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Шурпо Н.В.