

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

9 июня 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	5,26	7,27	20,87	165,13	0,17
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,11	0,01	7,55	31,47	0,85
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	1,31	0,50	13,45	63,57	0,04
<b>Итого</b>			<b>325</b>	<b>6,68</b>	<b>7,78</b>	<b>41,87</b>	<b>260,17</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>2,14</b>	<b>2,36</b>	<b>10,14</b>	<b>69,99</b>	<b>1,90</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	1,47	4,01	5,81	24,96	5,88
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	7,57	3,46	10,67	101,94	1,20
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,79	4,91	16,27	119,42	3,93
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,21	0,16	7,77	37,39	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,70	0,14	28,72	119,14	0,00
<b>Итого</b>			<b>623</b>	<b>17,05</b>	<b>16,56</b>	<b>94,85</b>	<b>583,65</b>	<b>15,21</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/25	4,38	5,33	18,34	143,58	3,06
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,35	3,74	7,20	80,97	0,80
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,00	4,36	18,63	120,20	0,66
<b>Итого</b>			<b>381</b>	<b>15,61</b>	<b>14,16</b>	<b>57,02</b>	<b>410,25</b>	<b>4,52</b>
<b>Всего</b>				<b>41,48</b>	<b>40,86</b>	<b>203,88</b>	<b>1 324,06</b>	<b>22,69</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ**

9 июня 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	6,59	7,57	23,41	226,70	0,19
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,23	0,01	9,84	42,17	1,73
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,57	0,58	19,94	91,29	0,07
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>8,39</b>	<b>8,16</b>	<b>53,19</b>	<b>360,16</b>	<b>1,99</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	2,82	3,41	14,82	102,31	1,02
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>2,82</b>	<b>3,41</b>	<b>14,82</b>	<b>102,31</b>	<b>1,02</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	55	1,05	5,02	13,82	44,32	7,35
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	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80	4,86
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,51	0,20	9,69	46,62	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,26	0,88	15,51	79,07	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	8,69	39,07	24,00
<b>Итого</b>			<b>718</b>	<b>20,37</b>	<b>20,72</b>	<b>92,49</b>	<b>622,19</b>	<b>45,80</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	175/20	9,29	7,32	13,88	150,65	3,96
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,65	1,03	18,17	92,64	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,33	4,59	8,82	99,19	0,98
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,15	4,31	18,44	118,99	0,66
<b>Итого</b>			<b>455</b>	<b>22,42</b>	<b>17,25</b>	<b>59,31</b>	<b>461,47</b>	<b>5,60</b>
<b>Всего</b>				<b>54,00</b>	<b>49,54</b>	<b>219,81</b>	<b>1 546,13</b>	<b>54,41</b>