

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ**

17 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>								
2008	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,24	25,45	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,61	3,36	8,32	79,83	0,09
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>7,73</b>	<b>8,79</b>	<b>32,31</b>	<b>226,24</b>	<b>0,98</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	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,80	2,22	2,84	17,83	1,05
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72	2,88
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,02	6,72	7,15	132,33	0,63
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	5,54	3,74	25,08	155,88	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,42	0,19	9,08	43,71	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,86	0,72	12,73	64,88	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,99	23,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>624</b>	<b>20,47</b>	<b>17,02</b>	<b>83,17</b>	<b>559,31</b>	<b>4,56</b>
<b>Полдник</b>								
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,31	4,14	18,08	119,16	8,96
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,24	0,03	0,50	3,82	1,47
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,43	5,24	6,90	98,70	0,11
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,80	0,24	11,51	55,36	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,08	2,87	9,15	75,34	0,74
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,71	0,83	19,51	89,34	0,00
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>14,57</b>	<b>13,35</b>	<b>65,65</b>	<b>441,72</b>	<b>11,28</b>
<b>Всего</b>				<b>44,91</b>	<b>41,52</b>	<b>191,27</b>	<b>1 297,26</b>	<b>18,72</b>

Утверждаю

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

17 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>								
2008	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,73	35,47	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00	0,10
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>9,99</b>	<b>11,25</b>	<b>41,43</b>	<b>287,95</b>	<b>1,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,32	3,41	14,84	102,25	2,16
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,32</b>	<b>3,41</b>	<b>14,84</b>	<b>102,25</b>	<b>2,16</b>
<b>Обед</b>								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	49	1,00	2,77	3,55	22,28	1,32
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00	3,20
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,75	9,27	10,51	150,92	0,74
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,64	4,50	29,99	186,66	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,80	0,24	11,51	55,36	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,20	0,85	15,09	76,93	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,69	26,74	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>24,50</b>	<b>21,44</b>	<b>99,87</b>	<b>672,89</b>	<b>5,26</b>
<b>Полдник</b>								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	49	0,39	0,05	0,83	6,36	2,45
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	10,35	7,47	10,01	130,40	0,14
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	60	15,45	10,38	0,00	156,97	0,00
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	145	3,75	6,71	20,11	140,22	3,84
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,12	0,28	13,60	65,45	0,00
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,83	0,98	22,98	105,23	0,00
<b>Итого</b>			<b>531</b>	<b>17,44</b>	<b>15,49</b>	<b>67,53</b>	<b>447,66</b>	<b>6,43</b>
<b>Всего</b>				<b>55,25</b>	<b>51,59</b>	<b>223,67</b>	<b>1 510,75</b>	<b>14,98</b>