

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ**

18 июня 2026 г.

**Ясли 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>								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	6,01	4,88	16,44	132,39	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,57	1,17	9,11	53,59	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,92	0,35	9,80	46,05	0,03
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>8,50</b>	<b>6,40</b>	<b>35,35</b>	<b>232,03</b>	<b>0,28</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	ФРУКТ	94	0,85	0,19	7,62	40,44	8,65
<b>Итого</b>			<b>94</b>	<b>0,85</b>	<b>0,19</b>	<b>7,62</b>	<b>40,44</b>	<b>8,65</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	40	0,24	0,03	0,50	3,82	1,47
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	2,02	2,95	8,69	95,90	5,04
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,63	8,82	15,76	122,13	10,35
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105/3	2,69	2,73	17,12	103,74	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,29	0,17	8,27	39,77	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,13	77,19	3,59
<b>Итого</b>			<b>613</b>	<b>17,65</b>	<b>15,61</b>	<b>81,32</b>	<b>508,05</b>	<b>20,45</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,89	2,00	1,86	28,95	1,35
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,75	4,81	15,95	117,06	3,85
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,12	1,73	9,37	61,88	0,39
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,39	4,70	20,09	129,62	0,72
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>12,03</b>	<b>13,97</b>	<b>60,12</b>	<b>403,01</b>	<b>6,31</b>
<b>Всего</b>				<b>39,03</b>	<b>36,17</b>	<b>184,41</b>	<b>1 183,53</b>	<b>35,69</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ**

18 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	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ	140/20	8,38	6,27	12,72	139,56	0,00
2012	395	-КОФЕЙный НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,56	0,58	20,61	93,96	0,08
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>11,33</b>	<b>8,24</b>	<b>46,10</b>	<b>304,05</b>	<b>0,38</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	пром.	ФРУКТ	99	1,49	0,50	20,84	95,26	9,92
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>1,49</b>	<b>0,50</b>	<b>20,84</b>	<b>95,26</b>	<b>9,92</b>
<b>Обед</b>								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,39	0,05	2,76	6,31	1,82
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,62	2,72	7,36	62,78	10,49
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	14,55	7,07	2,48	154,37	10,82
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	3,97	2,88	25,35	143,20	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный	24	1,60	0,21	10,24	49,29	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗной ПШЕНИЧный	30	2,24	0,87	15,37	78,36	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВый	180	0,90	0,18	18,13	77,19	3,59
<b>Итого</b>			<b>689</b>	<b>25,27</b>	<b>13,98</b>	<b>81,69</b>	<b>571,50</b>	<b>26,72</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,48	3,15	3,10	46,49	2,24
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,87	6,80	24,24	151,27	4,81
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗной ПШЕНИЧный	35	2,62	1,01	17,94	91,46	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,61	4,70	25,59	162,62	0,72
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>15,14</b>	<b>18,46</b>	<b>83,81</b>	<b>519,84</b>	<b>8,35</b>
<b>Всего</b>				<b>53,23</b>	<b>41,18</b>	<b>232,44</b>	<b>1 490,65</b>	<b>45,37</b>