

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

6 мая 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	0,13	0,00	6,42	26,16	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>7,74</b>	<b>8,79</b>	<b>32,49</b>	<b>226,95</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	0,81	2,24	2,87	18,01	1,06
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	7,23	6,93	7,36	136,34	0,65
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	5,79	3,69	26,20	161,02	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,38	0,18	8,86	42,65	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,74	13,08	66,69	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>624</b>	<b>20,95</b>	<b>17,21</b>	<b>84,83</b>	<b>570,06</b>	<b>4,59</b>
<b>Полдник</b>								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	29	0,23	0,03	0,49	3,78	1,46
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,28	5,14	6,76	96,73	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,13	4,40	14,87	100,99	3,75
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,81	0,24	11,56	55,63	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	155	2,16	2,99	9,52	78,38	0,77
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,71	0,84	19,68	90,11	0,00
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>13,32</b>	<b>13,64</b>	<b>62,88</b>	<b>425,62</b>	<b>6,09</b>
<b>Всего</b>				<b>44,15</b>	<b>42,00</b>	<b>190,34</b>	<b>1 292,62</b>	<b>13,56</b>

Утверждаю

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

6 мая 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	9,15	37,13	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,29	5,26	10,34	95,95	0,10
<b>Итого</b>			<b>385</b>	<b>10,03</b>	<b>11,30</b>	<b>41,95</b>	<b>290,56</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)	50	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	9,95	9,46	10,72	154,00	0,75
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,88	4,61	31,12	193,31	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,81	0,24	11,56	55,63	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,61	1,01	17,88	91,15	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,83	27,32	0,00
<b>Итого</b>			<b>722</b>	<b>25,36</b>	<b>21,90</b>	<b>104,19</b>	<b>697,69</b>	<b>5,27</b>
<b>Полдник</b>								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	48	0,38	0,05	0,81	6,21	2,39
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)	65	16,35	10,99	0,00	166,12	0,00
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	125	1,23	4,81	20,59	135,67	4,06
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,11	0,28	13,54	65,13	0,00
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,85	1,00	23,51	107,69	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>14,92</b>	<b>13,61</b>	<b>68,46</b>	<b>445,10</b>	<b>6,59</b>
<b>Всего</b>				<b>53,63</b>	<b>50,22</b>	<b>229,44</b>	<b>1 535,60</b>	<b>15,15</b>