

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
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	0,11	0,00	5,59	22,84	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,56	3,29	8,15	78,22	0,09
Итого			340	7,67	8,72	31,49	222,02	0,98
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Итого			110	2,14	2,36	10,14	69,99	1,90
Обед								
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	7,09	6,79	7,22	133,67	0,64
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	5,32	4,06	24,03	153,65	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,83	0,71	12,56	64,04	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,37	21,50	0,00
Итого			622	20,20	17,41	80,83	552,38	4,58
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,43	5,24	6,90	98,70	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	110	1,07	4,18	14,11	95,84	3,56
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,69	0,22	10,83	52,12	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,08	2,87	9,15	75,34	0,74
2008	пром.	ВАФЛИ	26	0,72	0,84	19,75	90,47	0,00
Итого			402	13,23	13,38	61,25	416,37	5,91
Всего				43,24	41,87	183,71	1 260,76	13,37

Утверждаю

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

20 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		
Завтрак								
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	0,15	0,00	8,62	35,02	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,12	5,05	9,93	92,15	0,10
Итого			385	9,87	11,09	41,01	284,65	1,13
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,32	3,41	14,84	102,25	2,16
Итого			125	3,32	3,41	14,84	102,25	2,16
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	1,02	2,83	3,63	22,74	1,34
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	6,41	4,37	28,99	180,67	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,69	0,22	10,83	52,12	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,54	0,98	17,38	88,57	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,60	26,37	0,00
Итого			720	24,72	21,67	100,68	678,47	5,29
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	51	0,41	0,05	0,86	6,59	2,54
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	10,25	7,40	9,91	129,10	0,14
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,52	19,33	127,36	3,81
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,03	0,27	12,98	62,45	0,00
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,84	0,98	23,05	105,57	0,00
Итого			507	14,68	13,22	66,13	431,07	6,49
Всего				52,59	49,39	222,66	1 496,44	15,07