

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 марта 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	130	5,42	5,25	23,77	164,76	1,74
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,05	24,67	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,48	3,19	7,90	75,80	0,08
Итого			340	8,02	8,44	37,72	265,23	1,84
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	100	1,95	2,15	9,23	63,69	1,73
Итого			100	1,95	2,15	9,23	63,69	1,73
Обед								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,89	2,00	1,86	28,91	1,59
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180	3,04	2,72	10,16	106,00	5,58
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	55	6,19	4,33	13,60	102,66	15,54
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	1,88	5,10	10,11	97,00	8,20
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,26	0,17	8,05	38,75	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,80	0,70	12,34	62,88	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,91	0,18	18,38	78,26	3,64
Итого			600	15,97	15,20	74,50	514,46	34,55
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	29	0,23	0,03	0,49	3,78	1,46
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	170	19,47	19,74	21,06	339,39	0,70
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,26	0,17	8,05	38,75	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	156	4,35	3,88	7,29	80,70	0,83
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,05	3,49	23,20	115,12	0,00
Итого			419	26,36	27,31	60,09	577,74	2,99
Всего				52,30	53,10	181,54	1 421,12	41,11

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 марта 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	185	-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,28	6,21	23,56	165,64	4,83
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,27	37,63	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,08	5,00	9,83	91,20	0,10
Итого			385	9,50	11,21	42,66	294,47	4,96
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								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,44	2,98	3,02	44,48	2,06
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,16	4,19	16,21	119,69	6,19
2012	77	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (аллергики)	200	1,37	2,39	10,64	69,85	5,28
2008	321	-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,55	3,97	17,73	141,53	19,43
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	80	23,47	20,13	0,46	276,41	0,19
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,22	5,33	13,34	114,08	8,98
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,55	0,21	9,95	47,89	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,53	0,98	17,32	88,28	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,91	0,18	18,38	78,26	3,64
Итого			689	20,36	17,84	95,95	634,21	40,30
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	49	0,39	0,05	0,83	6,32	2,43
2012	292	-МАКАРОННИК С МЯСОМ	200	22,96	23,02	29,70	417,70	0,83
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	28	1,86	0,25	11,92	57,35	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	174	5,13	4,42	8,50	95,57	0,95
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,82	1,99	22,96	116,91	0,00
Итого			496	32,16	29,73	73,91	693,85	4,21
Всего				65,34	62,19	227,36	1 724,78	51,63