

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 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	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,34	6,92	19,76	163,40	0,54
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,80	1,42	9,06	56,87	0,23
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,85	0,32	8,29	39,44	0,02
2008	пром.	МАНДАРИН	97	0,77	0,19	7,25	36,71	36,71
Итого			427	8,76	8,85	44,36	296,42	37,50
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	100	1,87	2,12	9,25	63,64	0,82
Итого			100	1,87	2,12	9,25	63,64	0,82
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	3,03	3,20	39,16	0,90
2008	82	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,62	4,68	11,68	97,25	7,67
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	60	7,61	3,46	12,92	90,40	0,33
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,61	5,00	10,60	102,10	3,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,13	0,15	7,21	34,67	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,65	0,64	11,31	57,64	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	15,20	62,30	12,00
Итого			639	14,87	17,24	72,12	483,52	24,79
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,25	0,03	0,53	4,02	1,55
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	60	8,48	7,84	9,61	131,30	0,30
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,05	3,03	15,40	102,46	14,17
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,39	0,18	8,90	42,83	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,18	0,02	10,28	45,56	3,33
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			416	13,05	11,93	64,05	414,67	19,35
Всего				38,55	40,14	189,78	1 258,25	82,46

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 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	189	-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,78	9,60	26,28	223,72	0,88
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,97	1,54	9,23	59,38	0,24
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,38	0,51	17,70	81,01	0,07
2008	пром.	МАНДАРИН	102	0,81	0,20	7,63	38,66	38,66
Итого			482	11,94	11,85	60,84	402,77	39,85
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	2,82	3,41	14,82	102,31	1,02
Итого			125	2,82	3,41	14,82	102,31	1,02
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	3,79	4,00	48,95	1,13
2008	82	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	1,73	4,07	11,85	93,81	7,97
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	9,00	4,35	13,02	106,95	0,38
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,01	6,26	20,32	147,71	4,86
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,39	0,18	8,90	42,83	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,32	0,90	15,91	81,12	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
Итого			722	17,92	19,86	89,76	605,73	27,66
Полдник								
2008	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,88	6,57	1,90
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	11,40	7,77	10,16	156,86	0,40
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (аллергики)	90	12,95	20,80	15,95	306,99	0,90
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,42	8,50	26,37	180,05	17,46
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,70	0,23	10,90	52,43	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200	0,24	0,03	7,59	36,16	4,40
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			536	17,00	17,57	81,09	538,27	24,16
Всего				49,68	52,69	246,51	1 649,08	92,69