

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 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	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,51	5,15	19,58	143,55	0,55
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11	0,00	5,76	23,50	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	4,12	7,42	9,58	122,30	0,08
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	93	2,33	0,47	64,38	271,65	0,00
Итого			438	11,07	13,04	99,30	561,00	0,65
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	71	1,39	1,53	6,59	45,49	1,24
Итого			71	1,39	1,53	6,59	45,49	1,24
Обед								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,94	5,09	5,38	65,79	1,51
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,11	4,62	9,90	110,51	4,19
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160/15	7,68	7,22	25,20	196,80	5,81
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,82	0,70	12,48	63,63	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	14,20	46,00	12,00
Итого			644	16,56	18,09	75,64	523,52	23,51
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	60	5,03	2,89	5,44	88,73	1,19
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	110	1,60	4,14	10,63	86,52	9,32
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	139	3,88	3,46	6,51	72,06	0,74
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,11	3,71	24,60	122,09	0,00
Итого			374	12,94	14,38	55,66	410,19	11,25
Всего				41,96	47,04	237,19	1 540,20	36,65

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 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	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,34	7,47	25,45	195,38	0,77
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,76	35,59	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,04	4,95	9,73	90,25	0,10
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	97	2,43	0,49	67,29	283,93	0,00
Итого			482	12,95	12,91	111,23	605,15	0,90
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	48	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	80	3,24	7,41	9,56	144,77	4,75
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01	4,66
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	11,22	10,56	34,00	212,43	7,05
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,62	0,22	10,39	49,97	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,51	0,97	17,22	87,77	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
Итого			754	23,43	23,67	103,32	704,31	29,78
Полдник								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	7,69	5,31	10,37	121,32	1,58
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергии)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	2,75	3,35	19,17	118,09	10,46
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,95	0,26	12,47	60,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	176	5,21	4,49	8,61	96,90	0,96
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,18	2,09	25,15	127,84	0,00
Итого			480	18,78	15,50	75,77	524,15	13,00
Всего				58,48	55,49	305,16	1 935,86	45,84