

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,48	4,67	21,55	146,87	0,58
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,53	1,13	8,69	51,46	0,24
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,21	6,87	8,06	98,94	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,82	2,55	0,16	34,87	0,00
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	99	0,89	0,20	8,00	42,49	59,28
Итого			449	10,93	15,42	46,46	374,63	60,10
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	111	2,16	2,38	10,24	70,69	1,92
Итого			111	2,16	2,38	10,24	70,69	1,92
Обед								
2008	19	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	40	0,81	2,24	2,87	18,01	1,06
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	180/1	4,34	4,94	4,79	80,95	0,87
2008	106	-СУП-ЛАПША С ЗЕЛЕНЬЮ (аллергики)	180/1	0,77	1,87	4,72	38,84	0,29
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	65	6,75	4,50	8,65	94,86	0,38
2012	129	МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ-	125	1,26	4,70	14,91	107,42	4,02
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,92	0,74	13,14	66,96	0,00
2012	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,89	0,17	27,43	114,38	1,46
Итого			637	17,29	17,47	80,27	523,37	7,79
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,47	2,07	2,54	39,27	1,33
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,66	5,76	3,45	84,24	0,03
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	110	2,29	3,44	12,97	86,70	2,88
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	376	-КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,40	0,09	16,85	70,56	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	26	1,12	2,43	17,35	103,37	0,00
Итого			406	13,26	13,97	61,64	424,93	4,24
Всего				43,64	49,24	198,61	1 393,62	74,05

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,93	5,60	28,69	189,80	0,77
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,70	8,82	11,39	131,82	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,83	2,57	0,16	35,03	0,00
2008	пром.	АПЕЛЬСИН	99	0,89	0,20	8,00	42,49	59,28
Итого			494	12,74	18,58	61,01	469,67	60,35
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	1,01	2,80	3,59	22,51	1,33
2008	106	-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,18	6,10	6,21	100,57	0,72
2008	68	-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	8,13	5,84	10,58	130,69	0,42
2008	136	-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130	1,25	5,88	18,21	126,40	4,16
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,61	0,21	10,28	49,46	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,62	1,01	17,95	91,48	0,00
2012	382	-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	1,00	0,19	32,53	135,26	1,62
Итого			709	20,80	22,03	99,35	656,37	8,25
Полдник								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,58	2,56	10,87	48,62	1,65
2023	1030	-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9,42	5,11	8,38	145,45	0,04
2008	133	-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,13	5,49	23,50	156,73	11,79
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	29	1,92	0,26	12,29	59,15	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,69	26,77	0,00
2008	пром.	ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	29	1,28	2,79	19,95	118,85	0,00
Итого			538	16,33	16,21	81,68	555,57	13,48
Всего				53,19	60,23	256,88	1 783,86	84,24