

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 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								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	5,21	7,20	20,66	163,48	0,17
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,13	0,01	8,06	33,70	0,88
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	1,31	0,49	13,36	63,13	0,04
2008	пром.	-ГРУША	108	0,43	0,32	11,12	50,76	5,40
Итого			433	7,08	8,02	53,20	311,07	6,49
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								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	1,39	3,78	5,47	23,53	5,54
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,43	3,15	12,76	115,30	4,20
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	60	7,57	3,46	10,67	101,94	1,20
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	1,81	4,96	16,43	120,60	3,97
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,14	0,10	13,08	54,18	0,68
Итого			625	16,54	16,36	79,74	521,84	15,59
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	4,61	5,61	19,29	151,06	3,22
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,12	1,73	9,36	61,86	0,39
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,54	4,83	20,63	133,16	0,73
Итого			420	14,15	12,90	62,13	411,58	4,34
Всего				39,64	39,40	204,32	1 308,13	27,24

Утверждаю

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

МЕНЮ
17 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								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	6,59	7,57	23,41	226,70	0,19
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,24	0,01	10,28	44,05	1,80
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,54	0,57	20,16	92,01	0,08
2008	пром.	ГРУША	113	0,45	0,34	11,67	53,25	5,67
Итого			508	8,82	8,49	65,52	416,01	7,74
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								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,00	4,78	13,16	42,21	7,00
2012	76	-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,41	3,03	13,78	128,89	7,99
2008	229	-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42	1,60
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергии)	65	15,90	10,68	0,00	161,54	0,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,93	6,94	24,72	154,33	4,91
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,22	10,41	50,09	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	1,00	17,76	90,55	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,31	0,13	9,00	40,62	25,87
Итого			720	20,82	20,70	95,35	638,11	47,37
Полдник								
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28	0,00
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	9,68	7,62	14,46	156,93	4,12
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,59	1,00	17,76	90,55	0,00
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,71	4,78	20,45	131,98	0,73
Итого			485	18,98	15,90	63,77	432,74	4,85
Всего				51,44	48,50	239,46	1 589,17	60,98