

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

_____/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

19 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	5,31	6,90	19,71	162,87	0,54
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,68	1,34	8,97	55,22	0,22
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,92	0,35	9,47	44,72	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	93	0,74	0,19	6,98	35,38	35,38
Итого			423	8,65	8,78	45,13	298,19	36,17
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	0,58	3,12	3,30	40,33	0,93
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЬЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	4,43	4,73	15,56	116,35	3,20
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	21	1,39	0,18	8,90	42,83	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	15,20	62,30	12,00
Итого			646	18,19	17,50	79,33	519,81	20,35
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	29	0,23	0,03	0,49	3,78	1,46
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	27	1,79	0,24	11,45	55,07	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	150	0,17	0,02	10,24	45,12	3,12
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			411	13,42	11,99	66,52	426,23	19,05
Всего				42,13	40,39	200,23	1 307,87	76,39

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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	7,74	9,57	26,35	223,61	0,87
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,85	1,47	9,16	57,90	0,24
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,55	0,58	19,95	91,24	0,07
2008	пром.	МАНДАРИН	98	0,78	0,20	7,36	37,27	37,27
Итого			483	11,92	11,82	62,82	410,02	38,45
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	0,73	3,94	4,16	50,91	1,18
2008	82	СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	4,43	4,73	15,56	116,35	3,20
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	9,09	4,39	13,15	108,03	0,38
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,01	6,26	20,32	147,71	4,86
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	27	1,79	0,24	11,45	55,07	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,62	1,01	17,93	91,37	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
Итого			732	21,44	20,88	98,33	653,80	22,94
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	48	0,38	0,05	0,82	6,24	2,40
2012	270	-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	11,52	7,85	10,26	158,44	0,40
2012	287	-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (аллергии)	95	13,23	20,80	16,86	312,11	1,73
2012	319	-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,42	8,50	26,37	180,05	17,46
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,13	0,28	13,64	65,64	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200	0,23	0,03	7,55	35,75	4,20
2008	пром.	ВАФЛИ	29	0,83	0,97	22,80	104,42	0,00
Итого			539	17,51	17,68	81,44	550,54	24,46
Всего				53,69	53,79	257,41	1 716,67	86,87