

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

24 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	5,67	6,98	21,34	171,58	0,55
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,59	1,29	8,90	54,07	0,23
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,94	0,36	9,88	46,55	0,03
2008	пром.	БАНАНЫ	93	0,84	0,19	7,55	40,03	8,57
Итого			423	9,04	8,82	47,67	312,23	9,38
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	115	2,15	2,45	10,67	73,43	0,95
Итого			115	2,15	2,45	10,67	73,43	0,95
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,46	1,09	2,21	23,79	4,15
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	180	7,45	1,72	12,50	95,16	4,66
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	7,97	7,13	11,91	140,68	0,15
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	1,94	5,91	17,57	102,92	0,60
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,22	0,16	7,83	37,66	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,74	13,05	66,51	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,28	0,12	11,74	51,12	23,28
Итого			603	21,22	16,87	76,81	517,84	32,84
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/25	4,42	5,38	18,53	145,07	3,09
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,90	0,74	13,05	66,51	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,01	4,48	8,43	93,22	0,96
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,11	3,26	21,19	103,14	0,66
Итого			410	13,44	13,86	61,20	407,94	4,71
Всего				45,85	42,00	196,35	1 311,44	47,88

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад № 60
_____/Богомолова Е.Н./**МЕНЮ**
24 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	8,13	9,82	27,94	233,67	0,89
2008	433	-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,87	1,48	9,13	58,12	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,57	0,58	20,16	92,24	0,07
2008	пром.	БАНАНЫ	98	0,88	0,20	7,93	42,03	9,00
Итого			483	12,45	12,08	65,16	426,06	10,21
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	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,77	2,45	4,45	30,24	7,20
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	3,27	2,00	19,16	132,10	4,93
2023	1007	-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ (аллергики)	200	2,30	8,37	17,21	153,59	10,66
2012	282	-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,04	9,02	12,79	152,43	0,18
2012	344	-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,27	7,72	17,82	135,09	0,70
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,52	0,20	9,75	46,91	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,64	1,02	18,12	92,36	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	200	0,31	0,13	9,93	44,34	25,67
Итого			708	20,82	22,54	92,02	633,47	38,68
Полдник								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ	180/20	8,10	6,63	22,57	185,63	4,08
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,64	1,02	18,12	92,36	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,35	4,62	8,86	99,66	0,99
2012	458	-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,37	3,02	22,67	129,03	0,71
Итого			466	18,46	15,29	72,22	506,68	5,78
Всего				54,55	53,32	244,22	1 668,52	55,69