

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

# МЕНЮ

3 февраля 2026 г.

## Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	5,26	7,27	20,87	165,11	0,17
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,13	0,01	7,59	31,67	0,86
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	0,56	4,18	10,29	80,01	0,04
2008	пром.	-ГРУША	102	0,41	0,31	10,54	48,12	5,12
<b>Итого</b>			<b>427</b>	<b>6,36</b>	<b>11,77</b>	<b>49,29</b>	<b>324,91</b>	<b>6,19</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	108	2,01	2,28	9,96	68,53	0,88
<b>Итого</b>			<b>108</b>	<b>2,01</b>	<b>2,28</b>	<b>9,96</b>	<b>68,53</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	45	1,51	4,13	5,98	25,69	6,05
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	7,49	3,43	10,56	100,92	1,19
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	1,70	4,67	15,47	113,55	3,74
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,41	0,19	9,01	43,34	0,00
TK №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,13	0,10	12,95	53,63	0,66
<b>Итого</b>			<b>621</b>	<b>16,17</b>	<b>16,25</b>	<b>77,01</b>	<b>504,83</b>	<b>15,84</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	4,51	5,49	18,91	148,06	3,16
	TK №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,06	1,67	9,50	61,71	0,38
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,26	5,45	23,32	150,51	0,83
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>15,08</b>	<b>13,48</b>	<b>67,15</b>	<b>438,88</b>	<b>4,37</b>
<b>Всего</b>			<b>39,62</b>	<b>43,78</b>	<b>203,41</b>	<b>1 337,15</b>	<b>27,28</b>	

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ****3 февраля 2026 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
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	0,23	0,01	10,26	43,75	1,64
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	1,01	4,15	17,52	109,55	0,05
2008	пром.	ГРУША	108	0,43	0,32	11,13	50,77	5,40
<b>Итого</b>			<b>503</b>	<b>8,26</b>	<b>12,05</b>	<b>62,32</b>	<b>430,77</b>	<b>7,28</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	2,82	3,41	14,82	102,31	1,02
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>2,82</b>	<b>3,41</b>	<b>14,82</b>	<b>102,31</b>	<b>1,02</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	55	1,07	5,11	14,08	45,16	7,49
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	8,86	4,55	6,45	130,11	1,58
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	2,81	6,66	23,75	148,22	4,71
ТК №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,72	0,23	11,01	52,95	0,00
ТК №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,57	0,99	17,59	89,66	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,30	0,12	8,95	40,28	24,92
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>20,74</b>	<b>20,69</b>	<b>95,61</b>	<b>635,27</b>	<b>46,69</b>
<b>Полдник</b>								
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	9,58	7,54	14,32	155,36	4,08
ТК №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00	0,58
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,25	4,40	18,81	121,38	0,67
<b>Итого</b>			<b>675</b>	<b>20,64</b>	<b>18,11</b>	<b>72,59</b>	<b>476,62</b>	<b>5,33</b>
<b>Всего</b>				<b>52,46</b>	<b>54,26</b>	<b>245,34</b>	<b>1 644,97</b>	<b>60,32</b>

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ****3 февраля 2026 г.****Ясли 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	135/15	24,19	15,64	29,33	361,22	0,30
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,04	0,00	8,07	33,29	0,78
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	25	0,53	4,02	9,89	76,90	0,04
2008	пром.	-ГРУША	95	0,38	0,28	9,78	44,61	4,75
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>25,14</b>	<b>19,94</b>	<b>57,07</b>	<b>516,02</b>	<b>5,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%	110	3,09	2,88	11,42	84,29	0,31
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>3,09</b>	<b>2,88</b>	<b>11,42</b>	<b>84,29</b>	<b>0,31</b>
<b>Обед</b>								
2008	50	-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	40	1,40	3,82	5,53	23,77	5,60
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	1,77	4,86	16,11	118,24	3,89
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ ГРУШ	180	0,12	0,09	12,68	52,37	0,60
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>16,11</b>	<b>16,14</b>	<b>76,51</b>	<b>504,81</b>	<b>15,49</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	16,01	18,02	4,03	242,37	0,86
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,97	1,70	8,98	59,54	0,36
2012	458	-БАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,00	4,36	18,63	120,20	0,66
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>25,23</b>	<b>24,95</b>	<b>47,06</b>	<b>500,71</b>	<b>1,88</b>
<b>Всего</b>			<b>69,57</b>	<b>63,91</b>	<b>192,06</b>	<b>1 605,83</b>	<b>23,55</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Шурпо Н.В.

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ****3 февраля 2026 г.****Сад 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	237	-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ	180/20	34,38	21,04	46,45	521,25	0,42
2012	393	-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,09	0,01	9,97	42,00	1,60
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40	0,05
2008	пром.	ГРУША	100	0,40	0,30	10,30	47,02	5,00
<b>Итого</b>			<b>535</b>	<b>35,86</b>	<b>25,42</b>	<b>83,90</b>	<b>717,67</b>	<b>7,07</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	110	4,05	3,20	13,34	98,16	0,35
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>4,05</b>	<b>3,20</b>	<b>13,34</b>	<b>98,16</b>	<b>0,35</b>
<b>Обед</b>								
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
2012	321	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80	4,86
ТК №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,62	51,12	0,00
ТК №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	18,02	91,87	0,00
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	8,86	39,73	23,97
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>20,84</b>	<b>20,64</b>	<b>95,44</b>	<b>638,04</b>	<b>45,42</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>								
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	216	-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	15,35	18,24	4,33	243,03	1,06
ТК №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,80	1,55	11,68	68,33	0,33
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,10	4,27	18,26	117,84	0,65
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>24,50</b>	<b>24,93</b>	<b>49,69</b>	<b>507,80</b>	<b>2,04</b>
<b>Всего</b>			<b>85,25</b>	<b>74,19</b>	<b>242,37</b>	<b>1 961,67</b>	<b>54,88</b>	

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Шурпо Н.В.