

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**4 февраля 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|-------|-------------------|---------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| Завтрак                       |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 185                 | -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                            | 130   | 5,51              | 5,58    | 24,14            | 169,52                                   | 1,84                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 15    | 1,13              | 0,44    | 7,71             | 39,30                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 180   | 0,13              | 0,00    | 6,72             | 27,40                                    | 0,03                  |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 30    | 2,61              | 3,36    | 8,32             | 79,83                                    | 0,09                  |
| Итого                         |                     |   | 355   | 9,38              | 9,38    | 46,89            | 316,05                                   | 1,96                  |
| II Завтрак                    |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-<br>ГРУША             | 110   | 2,14              | 2,36    | 10,14            | 69,99                                    | 1,90                  |
| Итого                         |                     |   | 110   | 2,14              | 2,36    | 10,14            | 69,99                                    | 1,90                  |
| Обед                          |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2023                          | 1088                | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО<br>ГОРОШКА           | 30    | 0,86              | 1,68    | 1,81             | 25,64                                    | 1,83                  |
| 2012                          | 77                  | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ<br>ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ      | 180   | 3,04              | 2,72    | 10,16            | 106,00                                   | 5,58                  |
| 2008                          | 321                 | -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ                                   | 60    | 6,58              | 4,60    | 14,46            | 109,12                                   | 16,52                 |
| 2012                          | 344                 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                         | 115   | 2,02              | 6,15    | 18,01            | 107,07                                   | 0,62                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                     | 183   | 0,92              | 0,18    | 18,52            | 78,83                                    | 3,67                  |
| Итого                         |                     |   | 608   | 16,24             | 16,09   | 81,72            | 519,85                                   | 28,22                 |
| Полдник                       |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 23                  | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 40    | 0,23              | 0,03    | 0,49             | 3,74                                     | 1,44                  |
| 2012                          | 292                 | -МАКАРОННИК С МЯСОМ                               | 170   | 6,39              | 6,36    | 22,35            | 183,60                                   | 0,69                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                  | 149   | 4,32              | 3,72    | 7,14             | 80,32                                    | 0,80                  |
| 2012                          | 479                 | -БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                 | 50    | 1,10              | 3,66    | 24,32            | 120,69                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |   | 429   | 13,36             | 13,95   | 62,78            | 429,14                                   | 2,93                  |
| Всего                         |                     |   |       | 41,12             | 41,78   | 201,53           | 1 335,03                                 | 35,01                 |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**4 февраля 2026 г.**

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---|-------|-------------------|---------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |   |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| Завтрак                       |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 185                 | -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                            | 150   | 5,28              | 6,21    | 23,56            | 165,64                                   | 4,83                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                    | 200   | 0,14              | 0,00    | 9,17             | 37,21                                    | 0,03                  |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                | 35    | 4,29              | 5,26    | 10,34            | 95,95                                    | 0,10                  |
| Итого                         |                     |   | 405   | 11,21             | 12,05   | 53,35            | 351,20                                   | 4,96                  |
| II Завтрак                    |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 435                 | ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>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                          |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2023                          | 1088                | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО<br>ГОРОШКА           | 50    | 1,42              | 3,00    | 2,97             | 44,44                                    | 2,24                  |
| 2012                          | 77                  | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ<br>ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ      | 200   | 3,16              | 4,19    | 16,21            | 119,69                                   | 6,19                  |
| 2008                          | 321                 | -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ                                   | 75    | 8,82              | 4,10    | 18,29            | 146,00                                   | 20,04                 |
| 2012                          | 344                 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                         | 130   | 2,34              | 7,96    | 18,36            | 139,18                                   | 0,72                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 25    | 1,63              | 0,22    | 10,46            | 50,31                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 35    | 2,63              | 1,02    | 18,03            | 91,92                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                     | 183   | 0,92              | 0,18    | 18,52            | 78,83                                    | 3,67                  |
| Итого                         |                     |   | 698   | 20,92             | 20,67   | 102,84           | 670,37                                   | 32,86                 |
| Полдник                       |                     |   |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 23                  | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ<br>И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 50    | 0,40              | 0,05    | 2,85             | 6,50                                     | 1,88                  |
| 2012                          | 292                 | -МАКАРОННИК С МЯСОМ                               | 200   | 9,10              | 10,59   | 31,71            | 267,47                                   | 0,80                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30    | 1,96              | 0,26    | 12,54            | 60,34                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                  | 180   | 5,31              | 4,58    | 8,79             | 98,87                                    | 0,98                  |
| 2012                          | 479                 | -БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                 | 45    | 1,79              | 1,95    | 22,49            | 114,53                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |   | 505   | 18,56             | 17,43   | 78,38            | 547,71                                   | 3,66                  |
| Всего                         |                     |   |       | 54,01             | 53,56   | 249,41           | 1 671,53                                 | 43,64                 |

Утверждаю

.Заведующий  
ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2  
\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ**  
**4 февраля 2026 г.**

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|-------|-------------------|---------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| Завтрак                       |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 185                 | -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                         | 130   | 5,18              | 5,26    | 23,55            | 163,28                                   | 1,74                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 15    | 1,14              | 0,44    | 7,82             | 39,87                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 180   | 0,00              | 0,00    | 5,47             | 21,87                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 30    | 1,53              | 0,59    | 10,50            | 53,54                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 355   | 7,85              | 6,29    | 47,34            | 278,56                                   | 1,74                  |
| II Завтрак                    |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7%                           | 110   | 3,19              | 2,97    | 11,77            | 86,90                                    | 0,77                  |
| Итого                         |                     |  | 110   | 3,19              | 2,97    | 11,77            | 86,90                                    | 0,77                  |
| Обед                          |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2023                          | 1088                | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА           | 30    | 0,85              | 2,16    | 1,79             | 29,97                                    | 1,32                  |
| 2012                          | 77                  | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ      | 180   | 3,91              | 4,22    | 9,49             | 91,70                                    | 5,31                  |
| 2008                          | 321                 | -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ                                | 55    | 8,48              | 10,67   | 2,55             | 140,06                                   | 0,30                  |
| 2012                          | 344                 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                      | 110   | 1,94              | 5,91    | 17,31            | 102,92                                   | 0,60                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20    | 1,30              | 0,17    | 8,29             | 39,90                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                       | 20    | 1,53              | 0,59    | 10,50            | 53,54                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                  | 144   | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 559   | 18,01             | 23,72   | 49,93            | 458,09                                   | 7,53                  |
| Уплотненный Полдник           |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 23                  | -САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА) | 40    | 0,25              | 0,03    | 0,53             | 4,06                                     | 1,56                  |
| 2012                          | 292                 | -МАКАРОННИК С МЯСОМ                            | 165   | 6,20              | 6,17    | 21,69            | 178,14                                   | 0,67                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                           | 20    | 1,30              | 0,17    | 8,29             | 39,90                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                               | 148   | 4,27              | 3,68    | 7,06             | 79,48                                    | 0,79                  |
| 2012                          | 479                 | -БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                              | 45    | 1,07              | 3,57    | 23,66            | 117,44                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 418   | 13,09             | 13,62   | 61,23            | 419,02                                   | 3,02                  |
| Всего                         |                     |  |       | 42,14             | 46,60   | 170,27           | 1 242,57                                 | 13,06                 |

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

Утверждаю

.Заведующий  
ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2  
\_\_\_\_\_ / Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ**  
**4 февраля 2026 г.**

**Сад 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                           | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--|-------|-------------------|---------|------------------|--|-----------------------|
|                               |                     |  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |  |                       |
| Завтрак                       |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 185                 | -КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ                       | 150   | 5,28              | 6,21    | 23,56            | 165,64                                   | 4,83                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 20    | 1,53              | 0,59    | 10,50            | 53,54                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200   | 0,00              | 0,00    | 7,89             | 31,53                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                           | 35    | 1,67              | 0,64    | 11,42            | 58,22                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 405   | 8,48              | 7,44    | 53,37            | 308,93                                   | 4,83                  |
| II Завтрак                    |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | 435                 | ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ       | 110   | 4,18              | 3,30    | 13,75            | 101,20                                   | 0,88                  |
| Итого                         |                     |  | 110   | 4,18              | 3,30    | 13,75            | 101,20                                   | 0,88                  |
| Обед                          |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2023                          | 1088                | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО<br>ГОРОШКА      | 50    | 1,43              | 2,72    | 2,98             | 42,02                                    | 2,15                  |
| 2012                          | 77                  | -СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ<br>ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ | 200   | 3,16              | 4,19    | 16,21            | 119,69                                   | 6,19                  |
| 2008                          | 321                 | -СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ                              | 70    | 9,87              | 12,61   | 3,75             | 167,67                                   | 0,34                  |
| 2012                          | 344                 | -РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)                    | 130   | 2,29              | 7,80    | 18,00            | 136,45                                   | 0,71                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                         | 24    | 1,62              | 0,22    | 10,36            | 49,86                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 35    | 2,66              | 1,03    | 18,21            | 92,83                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ФРУКТОВЫЙ                                | 144   | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 653   | 21,03             | 28,57   | 69,51            | 608,52                                   | 9,39                  |
| Уплотненный Полдник           |                     |  |       |                   |         |                  |  |                       |
| 2008                          | пром.               | -ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ                     | 49    | 0,40              | 0,05    | 0,84             | 6,42                                     | 2,47                  |
| 2012                          | 292                 | -МАКАРОННИК С МЯСОМ                          | 195   | 8,92              | 10,38   | 31,08            | 262,12                                   | 0,78                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                         | 29    | 1,94              | 0,26    | 12,40            | 59,68                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                             | 178   | 5,25              | 4,52    | 8,68             | 97,71                                    | 0,97                  |
| 2012                          | 479                 | -БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                            | 45    | 1,86              | 2,03    | 23,43            | 119,30                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |  | 496   | 18,37             | 17,24   | 76,43            | 545,23                                   | 4,22                  |
| Всего                         |                     |  |       | 52,06             | 56,55   | 213,06           | 1 563,88                                 | 19,32                 |

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