

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

12 января 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		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,03	4,66	20,04	142,91	0,54
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,61	1,14	9,66	55,75	0,24
2012	1	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,55	3,43	6,91	61,57	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	19	2,70	2,44	0,15	33,36	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	101	0,40	0,40	9,90	47,49	10,10
Итого			450	10,29	12,07	46,66	341,08	10,88
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	120	4,32	3,60	15,00	110,40	0,96
Итого			120	4,32	3,60	15,00	110,40	0,96
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,42	1,85	2,26	35,04	1,19
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,90	3,81	17,09	101,60	6,40
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	55	6,82	3,98	10,94	98,86	0,42
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	1,45	4,50	9,55	91,98	3,50
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,09	0,15	7,00	33,70	0,00
TK №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,79	0,69	12,29	62,65	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			604	14,47	14,98	59,13	423,83	11,51
Уплотненный Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	25	0,68	1,88	2,40	15,04	0,89
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	150	6,85	6,96	17,59	183,08	9,12
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,38	0,18	8,85	42,57	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,77	1,52	8,39	54,67	0,32
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	35	1,81	1,88	19,01	85,81	0,05
Итого			411	12,49	12,42	56,24	381,17	10,38
Всего			41,57	43,07	177,03	1 256,48	33,73	

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ**12 января 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		
Завтрак								
2008	189	-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,81	3,23	19,71	129,10	0,29
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,25	4,94	10,14	83,28	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	25	3,54	3,21	0,19	43,79	0,00
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,43	0,43	10,42	49,97	10,63
Итого			506	12,42	13,20	53,23	376,67	11,22
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	126	4,55	3,79	15,80	116,28	1,01
Итого			126	4,55	3,79	15,80	116,28	1,01
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,54	2,41	10,23	45,77	1,55
2008	76	-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,22	4,55	15,99	115,45	9,21
2012	301	-ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	12,51	15,74	0,54	200,46	0,52
2012	322	-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,21	5,54	27,15	130,26	4,62
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,75	0,23	11,19	53,82	0,00
TK №005		БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	181	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			702	21,73	29,05	75,38	598,16	15,90
Уплотненный Полдник								
2008	20	-САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	45	1,20	3,32	4,24	35,44	1,56
2012	298	-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	195	8,55	7,81	24,55	247,43	10,08
TK №002		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,75	0,23	11,19	53,82	0,00
2012	394	-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,70	1,46	10,98	64,25	0,31
2008	479	-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	2,17	2,48	21,64	108,94	0,06
Итого			516	15,37	15,30	72,60	509,88	12,01
Всего			54,07	61,34	217,01	1 600,99	40,14	