

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

14 января 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,00	6,21	25,29	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,67	3,42	8,48	81,45	0,09
Итого			360	9,29	9,43	42,72	280,10	0,98
II Завтрак								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	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	35	0,58	1,80	2,76	29,81	5,19
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72	2,88
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,16	6,86	7,29	135,01	0,65
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,37	0,18	8,80	42,36	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,96	23,81	0,00
Итого			614	16,15	16,00	73,84	494,15	8,72
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,28	5,14	6,76	96,73	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	110	1,07	4,18	14,11	95,84	3,56
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,73	0,23	11,09	53,34	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	145	2,02	2,78	8,87	73,06	0,72
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,71	0,84	19,62	89,86	0,00
Итого			396	13,05	13,20	60,96	412,73	5,89
Всего			40,64	41,08	188,19	1 260,41	16,54	

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

14 января 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,86	0,72	12,73	64,91	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	8,81	35,74	0,03
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,21	5,16	10,14	94,05	0,10
Итого			410	11,81	11,92	54,14	352,18	1,13
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	125	3,32	3,41	14,84	102,25	2,16
Итого			125	3,32	3,41	14,84	102,25	2,16
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	45	0,75	2,20	3,38	36,43	11,84
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00	3,20
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,95	9,46	10,72	154,00	0,75
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,71	0,23	10,98	52,82	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,23	0,86	15,27	77,82	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,72	26,86	0,00
Итого			711	19,77	20,28	94,24	638,69	15,79
Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	49	0,39	0,05	0,84	6,41	2,47
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	10,25	7,40	9,91	129,10	0,14
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,52	19,33	127,36	3,81
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,06	0,27	13,19	63,47	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	195	2,68	3,71	11,23	97,16	0,96
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,83	0,98	22,90	104,88	0,00
Итого			500	17,36	16,93	77,40	528,38	7,38
Всего				52,26	52,54	240,62	1 621,50	26,46

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

14 января 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,00	5,43	17,75	120,96	0,87
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	5,65	22,57	0,00
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			360	8,00	6,59	43,96	248,33	0,87
II Завтрак								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	110	4,18	3,30	13,75	101,20	0,88
Итого			110	4,18	3,30	13,75	101,20	0,88
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,65	2,02	3,10	33,45	5,83
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	180/5	3,83	3,43	20,30	120,72	2,88
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,09	6,79	7,22	133,67	0,64
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110/3	1,71	3,15	18,45	90,04	0,00
	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
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,65	22,57	0,00
Итого			618	16,10	16,15	73,48	493,64	9,35
Уплотненный Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	7,43	5,24	6,90	98,70	0,11
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	120	1,15	4,49	15,17	103,05	3,83
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	150	2,10	2,90	9,24	76,10	0,75
2008	пром.	ВАФЛИ	25	0,70	0,83	19,33	88,50	0,00
Итого			410	13,28	13,71	61,75	421,24	6,19
Всего			41,56	39,75	192,94	1 264,41	17,29	

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

14 января 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	184	-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48	1,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	8,67	34,65	0,00
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	1,65	0,64	11,30	57,58	0,00
Итого			410	9,13	7,41	55,28	315,21	1,00
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	3,96	3,30	13,75	101,20	0,88
Итого			110	3,96	3,30	13,75	101,20	0,88
Обед								
2008	40	-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,85	2,50	3,84	41,40	13,46
2012	81	-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00	3,20
2012	277	-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,95	9,46	10,72	154,00	0,75
2012	414	-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	402	-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,75	27,00	0,00
Итого			715	19,84	20,58	94,50	642,75	17,41
Уплотненный Полдник								
2008	пром.	-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	249	-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	10,35	7,47	10,01	130,40	0,14
2012	341	КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130	1,25	4,91	21,01	138,44	4,14
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	414	-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	2,79	3,86	11,70	101,21	1,00
2008	пром.	ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
Итого			515	17,62	17,54	79,48	543,94	7,78
Всего			50,55	48,83	243,01	1 603,10	27,07	

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.