

Утверждаю

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

12 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	130/15	6,01	4,88	16,44	132,39	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,52	1,17	8,77	52,03	0,25
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20	0,92	3,78	9,33	75,02	0,03
2008	пром.	МАНДАРИН	91	0,73	0,18	6,83	34,58	34,58
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>9,18</b>	<b>10,01</b>	<b>41,37</b>	<b>294,02</b>	<b>34,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% КЛУБНИКА-БАНАН	83	1,56	1,77	7,72	53,15	0,68
<b>Итого</b>			<b>83</b>	<b>1,56</b>	<b>1,77</b>	<b>7,72</b>	<b>53,15</b>	<b>0,68</b>
<b>Обед</b>								
2008	22	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ (НАРЕЗКА)	38	0,23	0,03	0,48	3,67	1,41
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	2,02	2,95	8,69	95,90	5,04
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	55	8,37	8,55	15,28	118,43	10,03
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110/3	2,77	3,00	17,69	108,88	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,21	0,16	7,77	37,39	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,91	0,18	18,35	78,12	3,63
<b>Итого</b>			<b>611</b>	<b>17,39</b>	<b>15,60</b>	<b>81,11</b>	<b>507,89</b>	<b>20,11</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	30	0,88	1,68	1,86	26,00	1,53
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	135	4,28	5,15	18,64	138,63	28,11
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,07	1,68	9,10	60,21	0,38
2012	458	-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,68	4,95	21,18	136,69	0,75
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,79</b>	<b>14,19</b>	<b>63,63</b>	<b>427,03</b>	<b>30,77</b>
<b>Всего</b>				<b>42,92</b>	<b>41,57</b>	<b>193,83</b>	<b>1 282,09</b>	<b>86,42</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

12 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	8,30	6,21	12,59	138,18	0,00
2012	395	-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53	0,30
2012	2	-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,97	3,99	16,84	105,25	0,05
2008	пром.	МАНДАРИН	96	0,77	0,19	7,19	36,45	36,45
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>11,43</b>	<b>11,78</b>	<b>49,39</b>	<b>350,41</b>	<b>36,80</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	23	-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,41	0,06	1,35	8,09	7,30
2012	67	-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,64	3,27	10,18	139,55	5,59
2008	256	-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	75	10,04	7,17	20,12	144,27	8,28
2012	205	-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,13	2,83	26,46	147,94	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,53	0,20	9,82	47,25	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,64	1,02	18,08	92,14	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	182	0,91	0,18	18,35	78,12	3,63
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>23,30</b>	<b>14,73</b>	<b>104,36</b>	<b>657,36</b>	<b>24,80</b>
<b>Полдник</b>								
2023	1088	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,00	3,02	44,74	2,19
2012	160	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	155	5,85	7,05	27,71	212,18	31,72
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,64	1,02	18,08	92,14	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	23,96	152,28	0,67
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>17,75</b>	<b>18,27</b>	<b>85,71</b>	<b>569,34</b>	<b>35,16</b>
<b>Всего</b>				<b>55,30</b>	<b>48,19</b>	<b>254,28</b>	<b>1 679,42</b>	<b>97,78</b>