

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ****13 февраля 2026 г.****Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,44	5,29	19,00	142,06	0,56
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	3,98	6,97	9,80	118,51	0,08
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	2,27	0,45	62,73	264,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>436</b>	<b>10,79</b>	<b>12,71</b>	<b>97,54</b>	<b>549,67</b>	<b>0,66</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-ГРУША	100	1,95	2,15	9,23	63,69	1,73
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>1,95</b>	<b>2,15</b>	<b>9,23</b>	<b>63,69</b>	<b>1,73</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,56	3,03	3,20	39,16	0,90
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,11	4,62	9,90	110,51	4,19
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155/15	7,60	7,14	24,93	194,74	5,75
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,13	0,15	7,21	34,67	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,80	0,70	12,34	62,88	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,69	0,28	14,20	46,00	12,00
<b>Итого</b>			<b>611</b>	<b>15,89</b>	<b>15,92</b>	<b>71,78</b>	<b>487,96</b>	<b>22,84</b>
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	55	4,97	2,86	5,37	87,70	1,17
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	110	1,59	4,13	10,28	84,92	9,34
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,13	0,15	7,21	34,67	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	156	4,35	3,88	7,29	80,70	0,83
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,08	3,60	23,90	118,61	0,00
<b>Итого</b>			<b>383</b>	<b>13,12</b>	<b>14,62</b>	<b>54,05</b>	<b>406,60</b>	<b>11,34</b>
<b>Всего</b>				<b>41,75</b>	<b>45,40</b>	<b>232,60</b>	<b>1 507,92</b>	<b>36,57</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад № 60

/Богомолова Е.Н./

**МЕНЮ****13 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	190	-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,37	7,29	25,40	193,61	0,78
2008	430	-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,13	0,00	8,81	35,68	0,02
2012	3	-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,12	5,05	9,93	92,15	0,10
2008	пром.	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	2,38	0,48	65,82	277,72	0,00
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>13,00</b>	<b>12,82</b>	<b>109,96</b>	<b>599,16</b>	<b>0,90</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,32	3,41	14,84	102,25	2,16
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,32</b>	<b>3,41</b>	<b>14,84</b>	<b>102,25</b>	<b>2,16</b>
<b>Обед</b>								
2008	48	-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,04	4,66	6,01	91,05	2,99
2012	83	-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01	4,66
2012	291	-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	190/15	10,88	10,25	32,98	206,08	6,84
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,42	0,19	9,08	43,68	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,46	0,95	16,83	85,81	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36	13,32
<b>Итого</b>			<b>709</b>	<b>21,64</b>	<b>20,56</b>	<b>97,05</b>	<b>635,99</b>	<b>27,81</b>
<b>Полдник</b>								
2008	241	-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	75	7,30	5,04	9,84	115,20	1,50
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	406	-ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	145	2,69	3,34	18,56	115,36	10,31
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,70	0,23	10,92	52,52	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,28	4,55	8,73	98,25	0,98
2012	479	-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,15	2,03	24,42	124,12	0,00
<b>Итого</b>			<b>470</b>	<b>18,12</b>	<b>15,19</b>	<b>72,47</b>	<b>505,45</b>	<b>12,79</b>
<b>Всего</b>				<b>56,08</b>	<b>51,98</b>	<b>294,32</b>	<b>1 842,85</b>	<b>43,66</b>