

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**25 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                          | 184                 | -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130   | 5,00              | 5,43    | 17,75            | 120,96                                   | 0,87                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180   | 0,12              | 0,00    | 5,61             | 22,95                                    | 0,02                  |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                        | 30    | 2,56              | 3,29    | 8,15             | 78,22                                    | 0,09                  |
| Итого                         |                     |                                           | 340   | 7,68              | 8,72    | 31,51            | 222,13                                   | 0,98                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 401                 | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ 2,7% ЯБЛОКО-<br>ГРУША     | 111   | 2,16              | 2,38    | 10,24            | 70,69                                    | 1,92                  |
| Итого                         |                     |                                           | 111   | 2,16              | 2,38    | 10,24            | 70,69                                    | 1,92                  |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 40                  | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                | 40    | 0,65              | 2,04    | 3,13             | 33,78                                    | 5,89                  |
| 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 | 6,13              | 4,27    | 27,72            | 173,56                                   | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 20    | 1,32              | 0,18    | 8,48             | 40,79                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 24    | 1,83              | 0,71    | 12,56            | 64,04                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ           | 180   | 0,00              | 0,00    | 5,37             | 21,50                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 622   | 20,85             | 17,42   | 84,78            | 588,06                                   | 9,41                  |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                | 60    | 7,43              | 5,24    | 6,90             | 98,70                                    | 0,11                  |
| 2008                          | 252                 | МЯСО ОТВАРНОЕ<br>(АЛЛЕРГИКИ) (аллергики)  | 65    | 15,90             | 10,68   | 0,00             | 161,54                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ<br>В СМЕТАНЕ  | 125   | 1,21              | 4,71    | 15,93            | 108,20                                   | 4,02                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 26    | 1,69              | 0,22    | 10,83            | 52,12                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 414                 | -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                          | 150   | 2,08              | 2,87    | 9,15             | 75,34                                    | 0,74                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                                     | 26    | 0,72              | 0,84    | 19,75            | 90,47                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 387   | 13,13             | 13,88   | 62,56            | 424,83                                   | 4,87                  |
| Всего                         |                     |                                           |       | 43,82             | 42,40   | 189,09           | 1 305,71                                 | 17,18                 |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**25 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                          | 184                 | -КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150    | 5,60              | 6,04    | 22,46            | 157,48                                   | 1,00                  |
| 2008                          | 430                 | -ЧАЙ С САХАРОМ                            | 200    | 0,14              | 0,00    | 8,90             | 36,14                                    | 0,03                  |
| 2012                          | 3                   | -БУТЕРБРОД С СЫРОМ                        | 35     | 4,08              | 5,00    | 9,83             | 91,20                                    | 0,10                  |
| Итого                         |                     |                                           | 385    | 9,82              | 11,04   | 41,19            | 284,82                                   | 1,13                  |
| 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                          |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 40                  | -САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                | 50     | 0,86              | 2,53    | 3,88             | 41,81                                    | 13,59                 |
| 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    | 7,32              | 4,76    | 33,12            | 204,32                                   | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 26     | 1,69              | 0,22    | 10,83            | 52,12                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№005          | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ                  | 34     | 2,54              | 0,98    | 17,42            | 88,81                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 402                 | -КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ           | 200    | 0,00              | 0,00    | 6,73             | 26,90                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 720    | 25,47             | 21,76   | 105,23           | 721,96                                   | 17,54                 |
| Полдник                       |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 249                 | -РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                | 75     | 10,35             | 7,47    | 10,01            | 130,40                                   | 0,14                  |
| 2012                          | 341                 | КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ<br>В СМЕТАНЕ  | 135    | 1,30              | 5,11    | 21,85            | 143,98                                   | 4,31                  |
|                               | ТК<br>№002          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                      | 29     | 1,94              | 0,26    | 12,39            | 59,63                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 414                 | -КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ                          | 200    | 2,79              | 3,86    | 11,70            | 101,21                                   | 1,00                  |
| 2008                          | пром.               | ВАФЛИ                                     | 29     | 0,82              | 0,97    | 22,73            | 104,10                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 468    | 17,20             | 17,67   | 78,68            | 539,32                                   | 5,45                  |
| Всего                         |                     |                                           |        | 55,81             | 53,88   | 239,94           | 1 648,35                                 | 26,28                 |