

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

7 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	155	6,80	5,61	39,72	236,17	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	5,95	25,33	1,14
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			378	8,34	10,31	39,25	276,63	1,54
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,58	4,41	3,04	66,20	1,02
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,33	5,49	2,48	100,46	0,30
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	70	17,10	11,49	0,00	173,74	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	0,74	3,63	2,38	45,49	0,58
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	125	0,05	8,00	0,08	72,56	0,00
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			570	17,15	14,25	42,40	368,35	3,50
Уплотненный Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	6,50	9,80	17,70	209,20	1,20
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	60	14,63	9,83	0,00	148,59	0,00
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (аллергии)	110	2,71	3,37	28,21	153,13	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	4,99	19,94	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,70	3,86	25,92	165,57	0,07
Итого			380	14,20	13,78	55,01	425,71	1,27
Всего				40,29	38,94	151,46	1 136,99	12,31

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.

Утверждаю

.Заведующий

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

/ Богомолова Е.Н./

МЕНЮ

7 июля 2025 г.

Сад 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	205	8,99	7,41	52,51	312,23	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	5,98	25,41	1,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			428	10,50	12,41	47,98	349,81	1,62
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,56	4,47	3,02	66,55	0,90
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,11	11,89	3,45	173,14	0,39
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	19,80	13,31	0,00	201,17	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	0,94	4,48	3,01	56,56	0,73
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	0,03	5,34	0,05	48,37	0,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			725	21,31	21,76	54,86	502,99	3,92
Уплотненный Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,02	18,53	33,54	204,20	1,40
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (аллергики)	150	3,74	4,65	38,89	211,09	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,75	8,57	0,00	129,54	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (аллергики)	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,56	2,60	17,31	111,26	0,05
Итого			455	31,82	23,36	64,96	520,36	4,45
Всего				64,23	58,13	182,60	1 439,46	15,99

Медицинская сестра _____ Шурпо Н.В.