Заведующий ГВДОУ ЦРР детский сад 68 /Титова С.Д./

МЕНЮ 10 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

05			1 ×				Энерге-	
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	, Хими	іческий со	став	тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
		3	автрак	8				
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,44	2,16	16,28	70,05	1,85
2008		КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	224,00	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	3,94	4,93	28,78	175,13	0,00
	TKN2028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			415	11,44	12,86	63,98	378,05	2,85
		II	Завтрак					
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	, 174	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Итого		*	174	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
		~	Обед	<u></u>				
	TKNº015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	75	14,51	14,59	11,83	115,10	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	1,88	0,10	8,67	76,70	8,67
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	135	1,87	4,21	8,59	80,31	6,74
	TK№042	кисель из яблок	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
	TK №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,50	16,10	7,90	161,30	
Итого			704	18,08	21,77	83,84	613,35	15,06
		Γ	Толдник	-				
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,25	12,35	10,00	101,92	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,87	2,48	19,40	98,31	9,11
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60		
- 2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,91	7,31	25,54	106,09	0,00
	TK№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	
2008		ЙОГУРТ	125	3,40	3,04			
Итого	1 No.		591	29,6	7 27,41	74,52	579,74	
Всего			N.	60,1	62,28	240,14	1 649,14	34,67

Медицинская сестра

Повар

Мухина А,О

Заведующий вестром дре детский сад 68 /Титова С.Д./

МЕНЮ 11 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

05								T
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	Вита- мин
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	С, мг
		3	Вавтрак					
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,52	2,73	3,03	40,91	2,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	₄ 150	15,55	21,21	2,93	150,49	0,20
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	6,40	6,40	31,00	207,00	1,00
	TKNº043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,88	3,26	15,91	109,14	0,61
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	14,72	59,25	0,02
Итого			415	24,19	31,30	28,87	362,54	3,03
		II	Завтрак					
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	156	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			156	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
			Обед					
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,41	0,05	3,78	39,65	1,44
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	75	14,02	2,94	11,66	128,61	0,54
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	75	13,26	13,36	10,82	105,31	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	5,60	15,60	121,80	6,60
	TKN2045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	TK № 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ — ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
9	TK №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого		***	720	26,31	14,04	65,54	674,06	12,98
		П	Іолдник					
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ) (аллергики)	28	6,90	8,90	0,00	109,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,29	2,08	10,19	91,52	6,14
-	TK №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKNº018	ПЕЧЕНЬЕ	48	3,51	4,59	34,83	195,21	0,00
2012	393	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
2008		ЙОГУРТ	125	3,40	3,03	5,46	68,48	0,35
Итого			589	15,89	14,44	69,58	501,21	6,69
Всего		1		66,99	60,28	179,49	1 608,31	25,70

Медицинская сестра

Повар

Мухина А,О

Заведующий ГБДОУ ЦРР детский сад 68 /Титова С.Д./

МЕНЮ 12 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Хими	Химический состав			Вита-
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	мин С, мг
		3	автрак					
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,01	3,77	10,28	91,73	0,08
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	3,03	4,30	25,42	151,37	0,00
	TKN2040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	. 13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			415	13,21	14,57	50,88	371,73	1,08
		i II	Завтрак	e L				
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	159	0,96	0,24	17,80	78,00	2,90
Итого		ŷ.	159	0,96	0,24	17,80	78,00	2,90
			Обед		4			
<u> </u>	TKNº 015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	6,00	4,40	16,00	159,90	6,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/10/5	3,89	7,12	11,71	126,56	3,06
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,74	7,76	7,13	171,07	12,77
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	145	2,35	6,76	13,13	122,60	9,02
	TKNº046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,40	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
	TK №056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2	TK №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75			
Итого			723	30,39	19,91	81,16	656,07	30,39
		_. r	Толдник					
2012	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,52	8,91	15,94	218,79	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,89		6,44	38,61	0,10
2008	434	молоко кипяченое	199	6,00	4,00	9,80	98,90	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
*	TK №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,80	OF THE STATE OF TH			
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	88	0,35				
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,22				
Итого			510	29,43	22,21	_		
Всего		1		73,99	56,93	217,17	1 626,82	50,9

Медицинская сестра

Повар / Мухина А,О

МЕНЮ 13 ноября 2025 г.

Сад 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда		Химический состав			Энерге- тическая	Вита-		
			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	С, мг		
		3	автрак							
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00		
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50		
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50		
Итого		<u> </u>	415	12,74	16,20	44,10	357,00	1,00		
		ii ii	Завтрак							
	TKN0006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02		
Итого	111112000	B/WWW GBE/WW	100	1,50		21,00	96,00	4,02		
			Обед			<u> </u>				
	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00		
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,25		8,11	110,06	4,52		
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	165,00	0,60		
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00		
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00	10,30		
	TKNº038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10		
	TK №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00		
	TK №012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40			
Итого		* ,	753	26,15	13,72	60,93	582,76	17,52		
y.		-,	Толдник							
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,68	0,88		
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,29	12,57	12,88	225,35	18,18		
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70		
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00		
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,50	9,00					
Итого	3		575	22,41	24,94					
Всего				62,80	55,36	208,95	1 651,99	47,90		

Медицинская сестра ______ Мухина A,O

Заведующий ГБДОУ ЦРР детский сад 68 /Титова С.Д./

МЕНЮ 14 ноября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Di won	Химический сост		став	Энерге- тическая	Вита- мин
		Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	С, мг
			Завтрак					
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,90	2,80	21,10	90,70	2,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
	TK №035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	7,00	9,60	57,40	356,70	2,90
			I Завтрак					
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Итого			180	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
		Š.	Обед					
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	TK №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			715	24,60	18,87	91,02	629,10	8,40
5			Полдник					
	TKNº011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,50	16,50	16,90	216,30	8,60
	TKNº044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	TK №056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	169,30	
Итого	1	-	450	24,00	23,84	80,42		
Всего	-		894	56,56	52,55	246,64	1 618,20	26,10

Медицинская сестра

Повар

Мухина А,О