Утверждаю

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

МЕНЮ 10 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник	№ техн. карты	The state of the s		Хими	ческий со	Энерге- тическая	Вита-	
рецеп- тур			Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	мин С, мг
		3	вавтрак					
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,43	2,14	16,12	69,36	1,84
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	TK №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	7,65	9,24	42,52	295,36	2,74
		Ų	Завтрак					
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	145	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
Итого		2 2	145	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
		ŽĮ.	Обед	,				
,	TK №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,73	0,10	7,96	70,79	8,06
	TK №032	кисель из яблок	150	0,10	0,10	18,71	86,92	0,89
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,34	11,98	5,84	119,79	0,20
Итого			565	13,27	16,20	62,61	478,50	13,55
			Іолдник					
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,75	6,61	8,79	201,00	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,30	3,88	15,44	106,33	7,13
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TK №030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			366	13,15	11,11	45,33	405,63	7,93
Всего		. 1	5	34,57	36,55	175,26	1 281,49	33,22

Медицинская сестра

Повар

Утверждаю

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

МЕНЮ 11 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

_ = 1 = 0 - 0 = 0 - 0 = 0 = 0			A Sold of Sold of	"Norsect of		-	
	D. Was	Хими	ический со	ставоз	Энерге- тическая	Вита-	
Наименование блюда	Выход	Белки, г	лки, г Жиры, г Угле- воды, г		ценность, ккал	С, мг	
	Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	

	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГ КОНСЕРВИРОВАННОГО	0	40	1,21	2,12	2,42	32,72	1,88
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	A 85	100	10,30	13,92	1,92	93,19	0,17
	TK№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	3	185	3,88	3,26	15,91	109,14	0,61
Итого	1			355	18,63	23,40	27,25	297,05	2,66
			II :	Завтрак			•	_	
	TK	ГРУША СВЕЖАЯ	Ŷ.	156	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00

	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
2			Обед					
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,33	0,04	3,02	31,68	1,06
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	65	12,01	2,53	9,98	110,21	0,43
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКПЫ	110	1.82	4.14	11,51	89,89	4,85

		П	олдник	4.00	4.50	0.20	62.00	0.00
Итого	•	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	561	20,66	10,73	47,41	494,08	10,34
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ЙЫННЭШАТОВО	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №033	компот из изюма	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,02	4,14	11,51	09,09	7,00

			ПОЛДПИК					
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	2,10	1,68	8,19	56,18	4,41
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN <u></u> 200 8	ПЕЧЕНЬЕ	29	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
2008		ЙОГУРТ	125	3,40	3,04	5,48	68,64	0,35
Итого		gar.	505	16,38	14,86	53,75	408,42	4,86
Всего				56,27	49,49	143,91	1 270,05	20,86

Медицинская сестра

Сбор-

ник

рецеп-

тур

2012

Nº

техн.

карты

Повар

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

МЕНЮ 12 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник	Nº	Наименование блюда	Выход	Хими	ческий со	став	Энерге- тическая	Вита- мин
рецеп- тур	техн. карты	наименование олюда	Быход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	С, мг
			Завтрак					
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,07	3,85	10,28	92,69	0,08
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	_ 155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
_	TK №026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	11,47	11,25	42,58	311,79	2,18
		Ų	Завтрак					
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	132	0,66	0,00	16,79	72,70	5,29
Итого			132	0,66	0,00	16,79	72,70	5,29
0		И	Обед				<u>«</u>	
	TK №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,50	3,30	11,90	96,10	6,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,20	4,90	4,50	108,00	8,20
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	145	2,35	6,76	13,13	122,50	3,72
	TK№034	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	150	0,00	0,00	15,00	57,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			595	21,55	15,76	66,43	492,60	19,92
			Полдник					
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	13,84	7,11	12,59	170,42	0,12
2008	434	молоко кипяченое	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	TK №052	мандарин свежий	101	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 4	50	3,56	5,84	23,75	148,71	0,00
Итого		1	381	22,60	16,15	51,14		
Всего				56,28	43,16	176,94	1 308,42	43,51

Медицинская сестра

Повар

МЕНЮ 13 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов



							т т		
Сбор- ник	№ техн.	Наименование блюда	Выход	Хими	ческий сс	став	Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг	
рецеп- тур	карты		Выход	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г			
		3	автрак						
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80	
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	_ 155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40	
	TK №028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50	
Итого			365	9,20	11,80	46,80	280,00	2,70	
		i):	Завтрак						
	TK №006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00	
Итого		1. 27	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00	
			Обед	-	•	•			
	TK №009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80	
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,23	6,31	8,15	109,06	4,34	
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,00	0,40	0,00	109,00	0,40	
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00	8,20	
	TK№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90	
	TK №007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00	
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	
Итого		7	600	20,91	12,37	50,47	464,66	14,64	
		П	Іолдник				4		
2008		ЙОГУРТ	125	3,40	3,04	5,48	68,64	0,35	
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,53					
	TK №298	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10					
	TK №036	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,32	6,06	24,44	135,34	5,15	
Итого			510	20,35	22,78	66,84	536,86	23,27	
Всего	£	- Z-	•	51,96	47,45	185,11	1 377,52	44,61	

Медицинская сестра

Повар

Утверждаю

Заведующий город Ветский сад 68 /Титова С.Д./

МЕНЮ 14 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник	Nº	Наименование блюда	Puyon	Хими	ческий со	еский состав		Вита-
рецеп- тур	техн. карты		Выход		Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал	С, мг
			Завтрак					
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10 ⁻	20,90	154,10	0,40
	TK №035	чай с сахаром	185	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого		2	370	7,04	10,20	36,30	249,70	1,36
			II Завтрак					
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
Итого	•		150	0,50	0,00	24,80	102,00	9,00
		A.	Обед	3				
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,34	5,17	1,86	94,94	0,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	TK №036	компот из свежих груш	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	TK №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70		
Итого			575	21,34	16,57	66,86	490,74	5,10
1			Полдник					
	TK №011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,00	13,20	13,50	144,00	6,90
	TK №031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00				
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88				
Итого		į.	375	19,48				
Всего			/	48,36	47,33	194,96	1 275,32	23,9

Медицинская сестра Мух