



## МЕНЮ

28 марта 2025 г.

### Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	150	3,6	5,2	11,4	108
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	160	0,2	0,2	6,1	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2,3	0,9	15	78
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>6,2</b>	<b>14,6</b>	<b>32,6</b>	<b>288</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	95
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>7,6</b>	<b>102</b>
<b>Обед</b>					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	160	2	4	13,1	99
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,3	11,1	84
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	60	3,5	2,6	24	174
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
<b>Итого</b>		<b>10,8</b>	<b>10,2</b>	<b>75</b>	<b>478</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	130	2,5	3,3	20,9	124
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	30	0,6	2,3	1,1	28
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>8,5</b>	<b>43,5</b>	<b>298</b>
<b>Всего</b>		<b>32</b>	<b>36,3</b>	<b>158,7</b>	<b>1166</b>



Утверждаю

и.о. Заведующего  
МБДОУ "ЦРР-ДС №60"  
Кузовкова Татьяна  
Юрьевна/



## МЕНЮ

28 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	170	4	5,8	12,2	118
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	170	0,2	0,2	6,1	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2,3	0,9	15	78
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>6,6</b>	<b>15,2</b>	<b>33,4</b>	<b>298</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>8,1</b>	<b>105</b>
<b>Обед</b>					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2	4,4	13,5	105
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,4	3,9	11,1	89
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	60	3,5	2,6	24	174
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
<b>Итого</b>		<b>10,8</b>	<b>11,2</b>	<b>75,4</b>	<b>489</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	150	2,9	0,6	22,8	128
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	25	0,6	2,3	1,1	28
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
<b>Итого</b>		<b>11,4</b>	<b>5,8</b>	<b>45,4</b>	<b>302</b>
<b>Всего</b>		<b>32,8</b>	<b>35,2</b>	<b>162,3</b>	<b>1194</b>