



Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"
Кузовкова Татьяна
Юрьевна/

МЕНЮ

19 февраля 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	170	3,6	5,7	10,5	108
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	170	0,1		6	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
Итого		5,5	6,4	36,7	226
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
Итого		4,6	4	7,6	85
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,9	4,5	11,2	95
РИС ОТВАРНОЙ	120	1,3	3,4	13,2	89
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	7	2,8	3,6	68
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	20			2,3	9
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
Итого		12,4	10,9	52	358
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	4,2	5,7	12,5	121
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
Итого		11,4	8,5	28,9	243
Всего		33,9	29,8	125,2	912



Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"
Кузовкова Татьяна
Юрьевна/



МЕНЮ

19 февраля 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150	3,3	5	9,8	98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	150	0,1		5,3	22
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		9,2	37
Итого		5,2	5,7	35,3	214
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
Итого		4,6	4	7,6	85
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	160	1,7	4,2	11,1	91
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,3	2,8	13,2	83
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	7	2,8	3,6	68
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	20			2,3	9
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
Итого		12,2	10	51,9	348
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	4,2	5,7	12,5	121
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
Итого		11,4	8,5	28,9	243
Всего		33,4	28,2	123,7	890