

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузюкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

20 августа 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	4,3	13,4	108
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С КЛУБНИКОЙ И САХАРОМ	180	0,3	0,5	7	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,7	0,4	17,1	83
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
Итого		6,9	5,2	46,7	255
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	2,7	5,1	57
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	0,7	0,9	7,3	41
Итого		3,8	3,6	12,4	98
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	2,1	6,3	11,5	117
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,5	2,8	15,8	95
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	11,1	3	4,4	90
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	8	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,6	0,9	4,2	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		21,9	13,2	46,8	398
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,6	7,3	15	150
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	2	0,8	23
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	1,2		0,9	49
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,6	0,9	4,2	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		14,2	10,3	23,8	281
Всего		46,8	32,3	129,7	1032

Утверждаю



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

МЕНЮ

20 августа 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,6	5,5	15,2	130
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С КЛУБНИКОЙ И САХАРОМ	200	0,3	0,5	7	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,7	0,4	17,1	83
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
Итого		7,7	6,4	48,5	277
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	0,7	0,9	7,3	41
Итого		5,3	4,9	14,9	126
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	200	2,3	5,9	12,7	119
РИС ОТВАРНОЙ	120	3	5	26,2	42
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	11,1	3	4,4	90
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	8	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,6	0,9	4,2	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		23,6	15	58,4	347
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	5,6	7,7	15	153
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	2	0,8	23
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	200	1,2		0,9	49
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,6	0,9	4,2	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		14,2	10,7	23,8	284
Всего		50,8	37	145,6	1034