

Утверждаю

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

13 февраля 2026 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,4	5,5	10,1	103
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,8	7,1	39
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18,1	88
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
<b>Итого</b>		<b>9,5</b>	<b>9,7</b>	<b>35,3</b>	<b>273</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	10,4	44
<b>Итого</b>		<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>10,4</b>	<b>44</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2	2,5	13,3	85
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	1,6	2,4	7,2	58
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,1	2,4	3,1	69
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,8	1	1,4	17
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,3	0,7	7,9	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,8	13
<b>Итого</b>		<b>19,7</b>	<b>10</b>	<b>39,7</b>	<b>315</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ОВОЩНОЕ РАГУ	150	2,1	7,1	15,5	135
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	6,6	30
КОНФЕТА ФРУКТОВАЯ	8			7,3	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,8	13
<b>Итого</b>		<b>9,1</b>	<b>8,2</b>	<b>36,2</b>	<b>251</b>
<b>Всего</b>		<b>38,5</b>	<b>28</b>	<b>121,6</b>	<b>883</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
13 февраля 2026 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,4	4,5	10,1	93
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,8	7,1	39
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18	88
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
<b>Итого</b>		<b>9,5</b>	<b>8,7</b>	<b>35,2</b>	<b>263</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	13,4	57
<b>Итого</b>		<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,4</b>	<b>57</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,2	4,3	14,2	106
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2	3,1	9	73
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,1	2,8	3,1	73
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,8	1	1,4	17
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	8,4	31
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4,1	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,7	13
<b>Итого</b>		<b>20,3</b>	<b>12,9</b>	<b>42,9</b>	<b>357</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ОВОЩНОЕ РАГУ	200	3,1	14,3	23,4	235
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	6,6	30
КОНФЕТА ФРУКТОВАЯ	8			7,3	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4,1	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,7	13
<b>Итого</b>		<b>10,1</b>	<b>15,4</b>	<b>44,1</b>	<b>351</b>
<b>Всего</b>		<b>40,2</b>	<b>37,1</b>	<b>135,6</b>	<b>1028</b>