



Утверждаю

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

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" | 150 | 4,1 | 5,7 | 12,2 | 117 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С БРУСНИКОЙ | 150 | 0,1 | | 6,2 | 26 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ | 22 | 2,3 | 0,9 | 15 | 78 |
| ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ | 15 | 0,1 | | 11,5 | 46 |
| Итого | | 6,6 | 6,6 | 44,9 | 267 |
| II Завтрак | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,6 | 4 | 7,6 | 85 |
| ВАФЛИ | 17 | 0,5 | 0,6 | 13 | 60 |
| Итого | | 5,1 | 4,6 | 20,6 | 145 |
| Обед | | | | | |
| СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ" | 160 | 1,8 | 4,3 | 11,3 | 93 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 100 | 1,4 | 2,8 | 14,4 | 89 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 50 | 9,8 | 3 | 2,9 | 78 |
| КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ | 30 | | | 2,3 | 9 |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНИКИ И КЛУБНИКИ | 160 | 0,9 | 0,6 | 8,9 | 36 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ | 16 | 1,7 | 0,1 | 11,3 | 53 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 40 |
| Итого | | 16,9 | 11 | 59,4 | 398 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 2,4 | 3,1 | 15,4 | 99 |
| ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 10 | 0,2 | 1,9 | 0,7 | 22 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ | 160 | 0,1 | | 5,9 | 24 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ | 16 | 1,7 | 0,1 | 11,3 | 53 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,2 | 0,2 | 7,9 | 38 |
| Итого | | 5,6 | 5,3 | 41,2 | 236 |
| Всего | | 34,2 | 27,5 | 166,1 | 1046 |



Утверждаю



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

МЕНЮ

2 апреля 2025 г.

Сад 10 часов

| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" | 170 | 4,1 | 6 | 12,4 | 120 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С БРУСНИКОЙ | 180 | 0,1 | | 6,2 | 26 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ | 28 | 2,3 | 0,9 | 15 | 78 |
| ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ | 15 | 0,1 | | 11,5 | 46 |
| Итого | | 6,6 | 6,9 | 45,1 | 270 |
| II Завтрак | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,6 | 4 | 7,6 | 85 |
| ВАФЛИ | 17 | 0,5 | 0,6 | 13 | 60 |
| Итого | | 5,1 | 4,6 | 20,6 | 145 |
| Обед | | | | | |
| СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ" | 180 | 2 | 4,7 | 11,5 | 99 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 120 | 1,4 | 3,4 | 14,4 | 94 |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 50 | 9,8 | 3 | 2,9 | 78 |
| КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ | 30 | | | 2,3 | 9 |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНИКИ И КЛУБНИКИ | 180 | 0,9 | 0,6 | 8,9 | 36 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ | 21 | 1,7 | 0,1 | 11,3 | 53 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,2 | 0,2 | 7,9 | 38 |
| Итого | | 17 | 12 | 59,2 | 407 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 2,4 | 3,5 | 15,4 | 103 |
| ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 10 | 0,2 | 1,9 | 0,7 | 22 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ | 180 | 0,1 | | 5,9 | 24 |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ | 21 | 1,7 | 0,1 | 11,3 | 53 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,2 | 0,2 | 7,9 | 38 |
| Итого | | 5,6 | 5,7 | 41,2 | 240 |
| Всего | | 34,3 | 29,2 | 166,1 | 1062 |