

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

14 января 2026 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,1	6,7	12,6	124
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	180	0,2	0,4	5,7	28
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	36	3	0,4	18,8	91
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
<b>Итого</b>		<b>6,4</b>	<b>7,5</b>	<b>47,7</b>	<b>286</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
<b>Итого</b>					
<b>Обед</b>					
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	150	1,4	2	8,9	60
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	1,9	2,8	12,1	82
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	0,1	3,4	0,9	35
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	25	7	0,9	4,4	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,5	0,1	3	15
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>9,3</b>	<b>35,9</b>	<b>270</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,6		24
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	8	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	25	7	0,9	4,4	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,5	0,1	3	15
<b>Итого</b>		<b>7,8</b>	<b>4,3</b>	<b>15,4</b>	<b>116</b>
<b>Всего</b>		<b>25,2</b>	<b>21,1</b>	<b>99</b>	<b>672</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

14 января 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	3,3	4,2	13,4	104
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	180	0,2	0,4	5,7	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	36	3	0,4	19,2	93
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
<b>Итого</b>		<b>6,6</b>	<b>5</b>	<b>48,9</b>	<b>267</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
<b>Итого</b>					
<b>Обед</b>					
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	180	1,3	2	8,7	59
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,5	13,4	94
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	0,1	4,3	0,9	43
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	25	6,9	0,9	4,4	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,5	0,1	3	14
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>10,9</b>	<b>37</b>	<b>287</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3		28
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	200	0,3	0,7	8	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	25	6,9	0,9	4,4	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,5	0,1	3	14
<b>Итого</b>		<b>7,7</b>	<b>4,7</b>	<b>15,4</b>	<b>118</b>
<b>Всего</b>		<b>25,3</b>	<b>20,6</b>	<b>101,3</b>	<b>672</b>