

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 января 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	170	3,2	4,9	11,1	102
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,4	2,5	9,5	71
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	1,9	0,8	12,6	65
ОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,1	37
Итого		7,6	8,2	42,3	275
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
Итого		4,1	3	11,3	118
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180	2,6	3,8	12,5	95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	2	8	18	152
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,3	2	0,8	23
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	180			10,6	42
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,4	0,1	9,5	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,4	31
Итого		7,3	14	57,8	388
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	150	23,4	19,6	30,5	271
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,9	1,5	1,4	22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	180	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,4	0,1	9,5	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,4	31
Итого		26,8	21,3	53,8	393
Всего		45,8	46,5	165,2	1174

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 января 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,9	4,3	9,9	90
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,5	9,5	71
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	1,5	0,6	9,6	50
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		9,2	37
Итого		6,9	7,4	38,2	248
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
Итого		4,1	3	10,7	115
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	160	2,6	3,4	12,1	90
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	1,8	6,4	17,6	136
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,3	2	0,8	23
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	160			10,6	42
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,1	0,1	7,2	34
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,4	31
Итого		6,8	12	54,7	356
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130		2,8		26
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,9	1,5	1,4	22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	160	0,1		5,3	22
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,1	0,1	7,2	34
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,4	31
Итого		3,1	4,5	20,3	135
Всего		20,9	26,9	123,9	854

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ
14 января 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	170	3,1	5,2	8,1	93
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МЕДОМ	170	0,1		6	25
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112
Итого		5,3	18,4	26,9	296
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
Итого		4	3	8,1	105
Обед					
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	180	2,2	2,3	15,6	94
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,8	3,5	18,2	117
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ П/Ф	50	2,4	4,6		115
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	10	0,3	1,1	0,9	18
ОВОЩИ ЛЕТНИЕ (СМЕСЬ ОВОЩЕЙ П/Ф)	20				
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		10,2	11,7	58,6	451
Уплотненный полдник					
АЗУ	150	1,8	2,7	13,3	87
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	170	0,1		5,9	24
СУШКА	10	1,1	1	7,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		5,5	3,9	42,7	222
Всего		25	37	136,3	1074

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 января 2025 г.

Ясли 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	4,6	7,2	83
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МЕДОМ	150	0,1		5,8	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого		5	13,7	25,8	248
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
Итого		4	3	7,6	103
Обед					
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	160	1,8	2	11,9	75
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	2,2	2,8	14,5	93
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ П/Ф	50	2,4	4,6		115
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	10	0,3	1,1	0,9	18
ОВОЩИ ЛЕТНИЕ (СМЕСЬ ОВОЩЕЙ П/Ф)	20				
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		9,2	10,7	51,2	408
Уплотненный полдник					
АЗУ	130	1,6	2,3	11,8	76
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	170	0,1		5,9	24
СУШКА	8	0,9	0,8	5,7	27
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		5,1	3,3	39,7	204
Всего		23,3	30,7	124,3	963

Энергетическая ценность, ккал	Химический состав			Выход	Наименование блюда
	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г		
102	11,6	4,7	3,1	150	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫ РИСОВОЙ
24	6		0,1	150	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ
66	12,7	0,8	2	22	БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ
64		3	2,3	10	СЫР (ПОРЦИЙМИ)
256	30,3	8,5	7,5		Итого
II Завтрак					
57	5,1	2,7	3,1	100	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ
52	9,3	1,3	0,9	10	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ
109	14,4	4	4		Итого
Обед					
71	9,7	2,5	1,6	160	СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ, КУРИНЫМ МАСЛОМ И СМЕТАНОЙ
108	16,5	3,5	2,4	100	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
24		2,7		60	КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ
12	0,7	1	0,2	10	СОУС ТОМАТНЫЙ №364
41	2,7	3	0,5	40	СВЕКЛА С ОВОЩАМИ
37	8,9		0,1	160	КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ
45	9,6	0,1	1,5	16	ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ
32	6,7	0,1	1	18	ХЛЕБ РЖАНОЙ
370	54,8	12,9	7,3		Итого
Уплотненный полдник					
26		2,8		130	ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ
14	0,9	1,1	0,2	10	ИКРА КАБАЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ
30	7,6			160	КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ
45	9,6	0,1	1,5	16	ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ
32	6,7	0,1	1	18	ХЛЕБ РЖАНОЙ
147	24,8	4,1	2,7		Итого
882	124,3	29,5	21,5		Всего

Ясли 10 часов

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

Утверждено



МНТЮ

15 января 2025 г.

Утверждаю

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



МЕНЮ

15 января 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	170	3,4	5,3	12,1	110
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	170	0,1		6	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		64
Итого		7,8	9,1	30,8	264
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	2,7	5,1	57
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	0,9	1,3	9,3	52
Итого		4	4	14,4	109
Обед					
СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ, КУРИНЫМ МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1,7	2,7	11,1	79
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	5,4	20,3	85
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ	60		2,7		24
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	10	0,2	1	0,7	12
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	40	0,5	3	2,7	41
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	180	0,1		8,9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		8,1	15	60	355
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,1	0,9	14
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		2,7	4,5	24,8	150
Всего		22,6	32,6	130	878

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

16 января 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ ПШЕНОЙ	170	3,8	5,4	12	112
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,2	2,9	9,4	77
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
Итого		9,1	9,1	44,7	298
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
Итого		4,1	3	11,3	118
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	4,4	14,8	109
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	200	3,3	3,2	11,5	90
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		8	7,8	51,6	313
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	5,7	8	14,5	153
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24
КОНФЕТА ФРУКТОВАЯ	10			9,1	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		8,3	8,2	45,9	290
Всего		29,5	28,1	153,5	1019

Составлено в соответствии с требованиями СанПиН 2.3.1.24.88-2013

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 января 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНОЙ	150	3,5	4,8	11,3	103
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,6	9,7	74
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
ДЖЕЛЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
Итого		8,4	8,2	44,3	286
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
Итого		4,1	3	10,7	115
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	160	1,7	3,9	11,4	91
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	3	2,8	10,4	82
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	160	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		7,3	6,9	47,1	287
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,2	7	14,5	142
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	160	0,1		6	24
КОНФЕТА ФРУКТОВАЯ	8			7,3	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		7,8	7,2	44,1	272
Всего		27,6	25,3	146,2	960

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/



МЕНЮ

17 января 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	150	3,4	5,1	10,5	103
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150	0,4	0,3	6,5	30
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого		5,9	14,5	29,8	274
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			2,8	12
Итого		4	3	8,8	108
Обед					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	160	2,1	4	13,7	101
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2	3,2	9,4	75
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75		1,7		16
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		6,6	9,1	47	299
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	130	2,5	3,3	20,9	124
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	20	0,7	2,3	1,2	29
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		10,7	8,4	40,7	285
Всего		27,2	35	126,3	966



Утверждаю

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

МЕНЮ

17 января 2025 г

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	170	3,7	5,7	11,1	112
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	0,4	0,3	6,5	30
САТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого		6,2	15,1	30,4	283
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			3,7	16
Итого		4	3	9,7	112
Обед					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	4,5	14,5	109
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2	3,8	9,4	80
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75		1,7		16
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		6,6	10,2	47,8	312
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	150	2,9	0,6	22,8	128
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	20	0,7	2,3	1,2	29
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		11,1	5,7	42,6	289
Всего		27,9	34	130,5	996

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 января 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	3,7	5,3	11,8	110
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,1	2,9	9,3	76
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
ЮВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
Итого		8,9	9	44,4	295
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
Итого		4,1	3	11,3	118
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	180	1,5	3,7	10	80
ПЛОВ	150	1,6	3,5	14,2	95
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	30	0,2	2,9	0,9	31
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ И СМОРОДИНЫ	180			10,7	43
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		5,8	10,3	52,1	326
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,6	0,6	18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		2,8	5	22,9	148
Всего		21,6	27,3	130,7	887



Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-ДС №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

20 января 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3,3	4,7	10,5	98
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,6	8,3	68
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		10,6	43
Итого		8,1	8,1	42,1	275
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
Итого		4,1	3	10,7	115
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	160	1,4	3,3	8,9	71
ПЛОВ	120	1,5	2,8	13,9	87
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	30	0,2	2,9	0,9	31
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ И СМОРОДИНЫ	160			10,7	43
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		5,6	9,2	50,7	309
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,6	0,6	18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	160	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		2,8	4,6	22,9	145
Всего		20,6	24,9	126,4	844

Утверждаю

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



МЕНЮ

21 января 2025 г

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,4	4,8	10	97
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150	0,5	0,5	6,7	32
АТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого		6	14,4	29,5	270
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
Итого		4	3	7,6	103
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМ МЯСОМ	160	1,8	2,9	12,4	83
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	100	4,8	2,9	9,9	85
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф В СМЕТАННОМ СОУСЕ	40	0,4	3,5	1,2	43
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		9,5	9,5	47,4	318
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	2,7	4,4	22,1	140
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	160	0,2	0,1	12,6	53
СУШКА	8	0,9	0,8	5,7	27
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		6,3	5,5	56,7	297
Всего		25,8	32,4	141,2	988



Утверждаю

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

МЕНЮ

21 января 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	3,8	5,4	11,1	108
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	0,5	0,5	6,7	33
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,2	12,5	0,2	113
Итого		6,5	19,2	30,7	320
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
Итого		4	3	8,1	105
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМ МЯСОМ	180	2,4	3,3	16,7	106
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	4,8	3,5	9,9	91
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф В СМЕТАННОМ СОУСЕ	40	0,4	3,5	1,2	43
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		10,1	10,5	51,7	347
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	150	3,2	5,1	25,5	161
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	12,6	53
СУШКА	10	1,1	1	7,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		7	6,4	61,6	325
Всего		27,6	39,1	152,1	1097



Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

22 января 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	5,6	10,9	109
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	170	0,1		6	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8			7,1	28
Итого		5,7	6,4	36,7	227
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3	2,6	5	56
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
Итого		3,5	3,2	18	116
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,8	4,6	11	95
РИС ОТВАРНОЙ	120	1,2	3,4	12,1	84
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	6,9	2,8	3,2	66
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	20			1,6	6
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ И КЛУБНИКИ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		12,4	11	51,8	358
Уплотненный полдник					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,2	3,5	14,5	99
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,7	2,2	1,1	27
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		10,4	8,5	34,2	258
Всего		32	29,1	140,7	959



Утверждаю

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

МЕНЮ

22 января 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	10,3	101
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	150	0,1		6	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8			7,1	28
Итого		5,4	5,8	36,1	219
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	120	2,7	2,9	4,3	55
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
Итого		3,2	3,5	17,3	115
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	160	1,8	4,2	11,2	92
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,2	2,8	12,1	79
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	6,7	2,8	2,9	64
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	20			2,3	9
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ И КЛУБНИКИ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		12,2	10	52,4	351
Уплотненный полдник					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	2,2	3,1	14,5	95
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,7	2,2	1,1	27
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		10,4	8,1	34,2	254
Всего		31,2	27,4	140	939

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

23 января 2025 г.

Ясли 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ МАННОЙ	150	3,1	4,5	10,2	94
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,3	2,4	10,3	72
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2,1	0,8	13,5	70
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого		7,6	16	34,1	311
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
Итого		4,1	3	10,7	115
Обед					
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ и СВЕКЛОЙ	160	1,9	3,3	12,6	89
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,7	3,2	12,2	89
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50		2,4		22
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	160	0,1	0,1	9,2	39
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		7,3	9,2	51,4	321
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П\Ф	130		2,6		24
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	10	0,1		0,2	2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	160	0,1		5,3	22
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		2,8	2,8	22,9	130
Всего		21,8	31	119,1	877

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

23 января 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ МАННОЙ	170	3,3	5,1	11,4	105
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,5	2,7	11,6	81
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2,1	0,8	13,5	70
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого		8	16,9	36,6	331
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
Итого		4,1	3	11,3	118
Обед					
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ и СВЕКЛОЙ	180	2,4	3,8	17,8	116
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,7	3,7	12,2	94
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50		2,4		22
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	180	0,1	0,1	9,2	39
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		7,8	10,2	56,6	353
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П\Ф	150		3		28
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	10	0,1		0,2	2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		2,8	3,2	23,6	136
Всего		22,7	33,3	128,1	938



Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦПП-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

24 января 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	170	3,9	5,3	16,5	129
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	170	0,2	0,5	6,5	32
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2,1	0,8	13,5	70
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
Итого		6,3	6,6	45,7	268
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
Итого		4,8	3,6	9,3	124
Обед					
СУП РЫБНЫЙ	180	7,6	2,6	17,1	123
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	2,3	3,5	15	101
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	65	3,5	2,6	24,1	175
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		16	8,9	81,2	511
Уплотненный полдник					
ПТИЦА ТУШЕННАЯ ПО ДОМАШНЕМУ	150	1,9	2,7	13,7	88
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	180	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		4,6	2,9	37	194
Всего		31,7	22	173,2	1097



Утверждаю

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

МЕНЮ

24 января 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150	3,6	4,7	14,6	115
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	150	0,2	0,5	6,5	32
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2,1	0,8	13,5	70
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		9,2	37
Итого		6	6	43,8	254
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
Итого		4,8	3,6	8,8	122
Обед					
СУП РЫБНЫЙ	160	7,2	2,3	13,6	105
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,3	2,9	15	96
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	65	3,5	2,6	24,1	175
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		15,6	8	77,7	488
Уплотненный полдник					
ПТИЦА ТУШЕННАЯ ПО ДОМАШНЕМУ	130	1,7	2,4	12,2	78
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	160	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	10,2	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	7,2	34
Итого		4,4	2,6	35,5	184
Всего		30,8	20,2	165,8	1048