

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 октября 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,4	5,5	10	104
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,9	1,3	2,1	90
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	30	3	0,4	19,2	93
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
Итого		10,6	10,2	31,3	330
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	10,8	46
Итого		0,2	0,1	10,8	46
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,2	2,3	7,9	61
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	1,7	2,5	7,7	61
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	5,4	2,3	0,7	48
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,3	0,7	6,7	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	2	0,2	13,4	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	9	44
Итого		12	8,2	45,4	301
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	1,6	3	9,8	72
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1	0,8	13
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	5,7	27
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	25	7	0,9	4,4	48
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,5	0,1	3	15
Итого		9,4	5,1	23,7	175
Всего		32,2	23,6	111,2	852

МЕНЮ
24 октября 2025 г.
Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,4	4,5	10,1	95
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,8	5,5	32
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	30	2,8	1,1	18,5	96
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
Итого		9,4	9,4	34,1	266
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	10,8	46
Итого		0,2	0,1	10,8	46
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,2	4,1	7,8	76
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,1	3,2	9,6	76
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	5,4	2,7	0,7	52
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	7,1	26
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	1,9	0,2	12,7	60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	0,2	8,9	43
Итого		12,3	11,1	46,8	333
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,3	3,5	15	102
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1	0,8	13
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	6,3	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	25	6,9	0,9	4,4	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	0,5	0,1	3	14
Итого		10	5,6	29,5	205
Всего		31,9	26,2	121,2	850