

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
19 декабря 2025 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	4,2	6,2	12,3	123
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,8	6,5	36
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	43	3,6	0,5	22,9	111
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>10,5</b>	<b>41,7</b>	<b>313</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	13,2	56
<b>Итого</b>		<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,2</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2	2,6	13,8	91
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	1,8	2,5	8,4	64
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,4	2,4	4,1	76
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,3	0,9	8,3	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	8,4	1,1	5,3	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,6	0,1	3,6	17
<b>Итого</b>		<b>21,5</b>	<b>9,6</b>	<b>43,5</b>	<b>335</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,7	3,1	17,3	108
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,1	1	15
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	6,6	31
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	8,4	1,1	5,3	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,6	0,1	3,6	17
<b>Итого</b>		<b>12</b>	<b>5,5</b>	<b>33,8</b>	<b>228</b>
<b>Всего</b>		<b>44,8</b>	<b>25,7</b>	<b>132,2</b>	<b>932</b>

Утверждаю

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

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

**МЕНЮ**  
19 декабря 2025 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	4,2	5,2	12,3	113
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,8	6,5	36
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	43	3,6	0,5	22,8	111
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>9,5</b>	<b>41,6</b>	<b>303</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,1	13,2	56
<b>Итого</b>		<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>13,2</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,4	4,4	15,8	116
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,3	3,2	10,5	81
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,5	2,8	4,1	80
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,9	8,3	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	8,3	1,1	5,3	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,6	0,1	3,6	17
<b>Итого</b>		<b>22,4</b>	<b>12,5</b>	<b>47,6</b>	<b>381</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,6	3,5	17,1	111
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,2	1	15
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	6,6	31
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	30	8,3	1,1	5,3	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,6	0,1	3,6	17
<b>Итого</b>		<b>11,8</b>	<b>6</b>	<b>33,6</b>	<b>231</b>
<b>Всего</b>		<b>45,5</b>	<b>28,1</b>	<b>136</b>	<b>971</b>