

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ
28 января 2026 г.

Ясли 10 часов*

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,3	4,3	9,5	90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	180	0,2	0,4	5,7	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,8	0,4	17,8	86
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			6,6	26
Итого		6,3	5,1	39,6	229
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2	2,5	13,1	85
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	1,9	2,8	12,1	82
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	2,4	4,5	12,5	123
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	60	0,5	3	3	42
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,3	6,7	27
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,8	13
Итого		13,8	14,1	54,2	416
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,6		24
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	8,4	31
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,8	13
Итого		7,2	4,3	15,2	112
Всего		27,3	23,5	109	757

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-ДС №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ
28 января 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,3	4,3	9,5	90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	180	0,2	0,4	5,7	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18	88
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			6,6	26
Итого		6,4	5,1	39,8	231
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,3	4,3	15,1	111
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,5	13,4	94
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	2,4	4,5	12,5	123
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	60	0,5	3	3	42
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,3	6,5	26
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4,1	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,7	13
Итого		14,3	16,6	57,3	453
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3		28
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	200	0,3	0,7	7,9	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4,1	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,7	13
Итого		7,2	4,7	14,7	114
Всего		27,9	26,4	111,8	798