



Утверждаю

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



## МЕНЮ

28 мая 2025 г.

Если 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150	3,2	4,8	10,1	98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	150	0,2	0,5	5,9	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8			4,5	18
<b>Итого</b>		<b>5,4</b>	<b>6,1</b>	<b>33,2</b>	<b>208</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3	2,6	5	56
<b>Итого</b>		<b>3</b>	<b>2,6</b>	<b>5</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	160	1,8	4,3	11,3	93
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,5	3,2	15,2	96
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	8,4	2,9	2,9	72
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	25				
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	160	0,3	0,7	9,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>14,5</b>	<b>11,3</b>	<b>54,9</b>	<b>372</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	2,2	3,3	14,5	97
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	15	0,3	1,4	1,2	18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	180	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>5,1</b>	<b>4,9</b>	<b>37,9</b>	<b>216</b>
<b>Всего</b>		<b>28</b>	<b>24,9</b>	<b>131</b>	<b>852</b>



Утверждаю



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

## МЕНЮ

28 мая 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"	170	3,2	5,1	10,3	101
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	170	0,2	0,5	5,9	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			5,6	22
<b>Итого</b>		<b>5,4</b>	<b>6,4</b>	<b>34,5</b>	<b>215</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	100	3	2,6	5	56
<b>Итого</b>		<b>3</b>	<b>2,6</b>	<b>5</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,8	4,5	11	95
РИС ОТВАРНОЙ	120	1,5	3,2	15,2	96
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	8,4	2,9	2,9	72
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	25				
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	9,3	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>14,5</b>	<b>11,5</b>	<b>54,7</b>	<b>374</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,2	3,3	14,5	97
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	15	0,3	1,4	1,2	18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	180	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>5,1</b>	<b>4,9</b>	<b>37,9</b>	<b>216</b>
<b>Всего</b>		<b>28</b>	<b>25,4</b>	<b>132,1</b>	<b>861</b>