

Утверждаю

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



МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	4,4	11	98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ И САХАРОМ	180	0,2	0,4	5,8	28
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	40	3,4	0,5	21,3	103
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			7,7	31
Итого		7,2	5,3	45,8	260
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	150	1,5	4,7	8,8	86
РИС ОТВАРНОЙ	80	1,1	2,2	11,4	71
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	9,1	2,9	2,2	72
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,7	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		19,8	11	36,9	325
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	1,3		0,9	52
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,7	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		9,3	3,9	8,8	144
Всего		36,3	20,2	91,5	729

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузнецова Татьяна Юрьевна/



МЕНЮ

4 марта 2026 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,9	4,4	13,5	109
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ И САХАРОМ	180	0,2	0,4	5,8	28
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	40	3,4	0,5	21,2	103
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			7,7	31
Итого		7,5	5,3	48,2	271
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,6	4,7	9	87
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,4	2,8	14,4	89
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	8,8	2,9	2,2	71
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	7,1	33
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,8	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		19,9	11,6	40,7	346
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	1,3		0,9	52
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,8	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		9,3	4,3	8,9	147
Всего		36,7	21,2	97,8	764