

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

9 декабря 2025 г.

Ясли 10 часов

| Наименование блюда                             | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                                                |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                                 |       |                   |             |              |                               |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                 | 150   | 2,9               | 4,9         | 8,2          | 89                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ                  | 180   | 1,1               |             | 0,8          | 44                            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ                        | 32    | 2,7               | 0,4         | 17,1         | 83                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                               | 5     | 0,1               | 4,2         | 0,1          | 38                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>6,8</b>        | <b>9,5</b>  | <b>26,2</b>  | <b>254</b>                    |
| <b>II Завтрак</b>                              |       |                   |             |              |                               |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5% ( В АССОРТИМЕНТЕ)        | 100   | 4                 | 3           | 6            | 56                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>4</b>          | <b>3</b>    | <b>6</b>     | <b>56</b>                     |
| <b>Обед</b>                                    |       |                   |             |              |                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ                     | 150   | 2,7               | 2           | 11,8         | 78                            |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 80    | 2,3               | 3,3         | 15           | 100                           |
| КОТЛета МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 80    | 2,3               | 2,4         | 22,1         | 160                           |
| КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ -                           | 150   | 0,3               | 0,6         | 7,8          | 29                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ                   | 22    | 6,1               | 0,8         | 3,9          | 42                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 18    | 0,4               | 0,1         | 2,6          | 12                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>14,1</b>       | <b>9,2</b>  | <b>63,2</b>  | <b>421</b>                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |       |                   |             |              |                               |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                | 150   | 1,5               | 2,3         | 11,8         | 75                            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 180   |                   |             | 7,6          | 30                            |
| СУШКА                                          | 10    | 1,1               | 1           | 7,2          | 34                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ                   | 22    | 6,1               | 0,8         | 3,9          | 42                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 18    | 0,4               | 0,1         | 2,6          | 12                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>9,1</b>        | <b>4,2</b>  | <b>33,1</b>  | <b>193</b>                    |
| <b>Всего</b>                                   |       | <b>34</b>         | <b>25,9</b> | <b>128,5</b> | <b>924</b>                    |

Утверждаю



и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦПП-ДЦ №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

**МЕНЮ**

9 декабря 2025 г.

Сад 10 часов

| Наименование блюда                             | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                                                |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                                 |       |                   |             |              |                               |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                 | 180   | 3,4               | 4           | 10,3         | 91                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ                  | 180   | 1,1               |             | 0,8          | 44                            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ                        | 32    | 2,7               | 0,4         | 17,1         | 83                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                               | 5     | 0,1               | 4,2         | 0,1          | 38                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>7,3</b>        | <b>8,6</b>  | <b>28,3</b>  | <b>256</b>                    |
| <b>II Завтрак</b>                              |       |                   |             |              |                               |
| ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5% ( В АССОРТИМЕНТЕ)        | 100   | 4                 | 3           | 6            | 56                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>4</b>          | <b>3</b>    | <b>6</b>     | <b>56</b>                     |
| <b>Обед</b>                                    |       |                   |             |              |                               |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ                     | 180   | 2,7               | 3,4         | 12           | 91                            |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                    | 100   | 2,3               | 2,9         | 15           | 97                            |
| КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 80    | 6,5               | 13,7        | 5,7          | 172                           |
| КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ                             | 180   | 0,3               | 0,6         | 7,8          | 29                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ                   | 22    | 6,1               | 0,8         | 3,9          | 42                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 18    | 0,4               | 0,1         | 2,6          | 12                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>18,3</b>       | <b>21,5</b> | <b>47</b>    | <b>443</b>                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |       |                   |             |              |                               |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ                | 200   | 1,5               | 9,2         | 11,8         | 137                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                    | 200   |                   |             | 7,6          | 30                            |
| СУШКА                                          | 10    | 1,1               | 1           | 7,2          | 34                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ                   | 22    | 6,1               | 0,8         | 3,9          | 42                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 18    | 0,4               | 0,1         | 2,6          | 12                            |
| <b>Итого</b>                                   |       | <b>9,1</b>        | <b>11,1</b> | <b>33,1</b>  | <b>255</b>                    |
| <b>Всего</b>                                   |       | <b>38,7</b>       | <b>44,2</b> | <b>114,4</b> | <b>1010</b>                   |