

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 ноября 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,8	5,9	11,3	113
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,9	1,3	2,1	90
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	40	3,4	0,5	21,3	103
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
Итого		11,4	10,7	34,7	349
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	12,3	52
Итого		0,2	0,1	12,3	52
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,1	2,4	6,5	54
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	1,8	2,5	8,1	63
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	7,6	2,5	4,5	73
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,3	0,8	8,1	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,7	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		18,8	9,3	35,1	285
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,4	3,1	15,6	101
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,3	0,5	15
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	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		10,7	5,6	30,6	212
Всего		41,1	25,7	112,7	898

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 ноября 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,8	4,9	11,3	104
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,8	6,5	37
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	40	3,4	0,5	21,2	103
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
Итого		10,4	9,2	39	287
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	12,3	52
Итого		0,2	0,1	12,3	52
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,1	4,2	6,5	70
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,2	3,2	10,2	79
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,4	2,9	4,5	80
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,8	8,1	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,8	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		20	12,2	37,3	324
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,4	3,5	15,7	104
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,3	0,5	15
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	6,6	31
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	27	7,5	1	4,8	51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	0,5	0,1	3,2	15
Итого		10,7	6	30,8	216
Всего		41,3	27,5	119,4	879