

Утверждаю

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



# МЕНЮ

10 января 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	170	4	5,5	11,4	112
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	0,4	0,3	6,5	30
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	24	1,8	0,7	12	62
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>6,3</b>	<b>14,8</b>	<b>30</b>	<b>279</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			3,7	16
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>9,7</b>	<b>112</b>
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМ МЯСОМ	180	2,1	3,3	15,6	100
РИС ОТВАРНОЙ	120	1,5	3,4	15,8	100
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	10,2	3	3,6	83
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	25			2,3	9
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,4	0,1	9	43
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	31
<b>Итого</b>		<b>16,2</b>	<b>9,9</b>	<b>60,3</b>	<b>396</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,1	5,1	25,3	160
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	13,9	59
СУШКА	10	1,1	1	7,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,4	0,1	9	43
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	31
<b>Итого</b>		<b>6,9</b>	<b>6,4</b>	<b>61,8</b>	<b>327</b>
<b>Всего</b>		<b>33,4</b>	<b>34,1</b>	<b>161,8</b>	<b>1114</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
10 января 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	3,4	4,9	10	98
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150	0,4	0,3	5,7	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,5	1	16	83
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>6,4</b>	<b>14,5</b>	<b>31,8</b>	<b>283</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			2,8	12
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>8,8</b>	<b>108</b>
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМ МЯСОМ	160	1,8	2,9	13	86
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,5	2,8	15,8	95
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	10,2	3	3,6	83
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	25			2,3	9
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,4	0,1	9	43
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	31
<b>Итого</b>		<b>15,9</b>	<b>8,9</b>	<b>57,7</b>	<b>377</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,7	4,4	22,1	140
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	160	0,3	0,1	13,6	58
СУШКА	8	0,9	0,8	5,7	27
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,4	0,1	9	43
ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1	0,1	6,4	31
<b>Итого</b>		<b>6,3</b>	<b>5,5</b>	<b>56,8</b>	<b>299</b>
<b>Всего</b>		<b>32,6</b>	<b>31,9</b>	<b>155,1</b>	<b>1067</b>

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/



# МЕНЮ

9 января 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	150	3,8	5,3	11,8	111
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	150	0,1		5,3	22
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37
<b>Итого</b>		<b>8,2</b>	<b>9,1</b>	<b>29,8</b>	<b>236</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	2,7	5,1	57
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
<b>Итого</b>		<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>18,1</b>	<b>117</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	160	1,8	4,3	11,2	93
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	100	4,8	2,9	9,9	85
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф В СМЕТАННОМ СОУСЕ	40	0,3	3	0,9	35
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ И КЛУБНИКИ	160			7,6	30
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>9,4</b>	<b>10,4</b>	<b>45,9</b>	<b>320</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	2,7	3,1	17,4	109
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	30	0,9	2,2	1,5	29
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
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>11,1</b>	<b>8,1</b>	<b>37,5</b>	<b>270</b>
<b>Всего</b>		<b>32,3</b>	<b>30,9</b>	<b>131,3</b>	<b>943</b>



Утверждаю

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

# МЕНЮ

9 января 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	4,1	5,9	12,5	120
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	170	0,1		6	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37
<b>Итого</b>		<b>8,5</b>	<b>9,7</b>	<b>31,2</b>	<b>247</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	2,7	5,1	57
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
<b>Итого</b>		<b>3,6</b>	<b>3,3</b>	<b>18,1</b>	<b>117</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	2	4,6	11,3	98
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	4,8	3,5	9,9	91
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф В СМЕТАННОМ СОУСЕ	40	0,3	3	0,9	35
КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ И КЛУБНИКИ	180			7,6	30
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>9,6</b>	<b>11,3</b>	<b>46</b>	<b>331</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,7	3,5	17,4	112
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	30	0,9	2,2	1,5	29
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
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>11,1</b>	<b>8,5</b>	<b>37,5</b>	<b>273</b>
<b>Всего</b>		<b>32,8</b>	<b>32,8</b>	<b>132,8</b>	<b>968</b>

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

28 декабря 2024 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	3,4	5,3	9,9	101
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,2	2,9	9,4	77
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	3,2	1,2	20,7	107
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		11,5	46
<b>Итого</b>		<b>9,9</b>	<b>9,4</b>	<b>51,5</b>	<b>331</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	300	8,5	7,6	13,7	171
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
<b>Итого</b>		<b>8,6</b>	<b>7,6</b>	<b>19</b>	<b>193</b>
<b>Обед</b>					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	3,8	5,3	18,4	139
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	150	8,3	8,8	21,9	201
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	15	0,1	2,9	0,2	28
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	180	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	2,4	0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,7	0,2	10,9	53
<b>Итого</b>		<b>16,4</b>	<b>17,4</b>	<b>75,9</b>	<b>531</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	1,3	1,2	18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	2,4	0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,7	0,2	10,9	53
<b>Итого</b>		<b>4,5</b>	<b>4,9</b>	<b>33,6</b>	<b>197</b>
<b>Всего</b>		<b>39,4</b>	<b>39,3</b>	<b>180</b>	<b>1252</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

28 декабря 2024 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	2,9	4,7	8,7	89
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,6	8,3	68
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	3,2	1,2	20,7	107
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		11,5	46
<b>Итого</b>		<b>8,9</b>	<b>8,5</b>	<b>49,2</b>	<b>310</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	300	12	9	18	287
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
<b>Итого</b>		<b>12,1</b>	<b>9</b>	<b>22,7</b>	<b>306</b>
<b>Обед</b>					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	160	3,6	4,6	15,9	123
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	120	8,2	8,1	21,6	193
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	15	0,1	2,9	0,2	28
НАПИТОК ИЗ ВИШНИ	160	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	2,4	0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,7	0,2	10,9	53
<b>Итого</b>		<b>16,1</b>	<b>16</b>	<b>73,1</b>	<b>507</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	1,3	1,2	18
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	160	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	2,4	0,2	15,5	73
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,7	0,2	10,9	53
<b>Итого</b>		<b>4,5</b>	<b>4,5</b>	<b>33,6</b>	<b>194</b>
<b>Всего</b>		<b>41,6</b>	<b>38</b>	<b>178,6</b>	<b>1317</b>



**МЕНЮ**  
27 декабря 2024 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	170	3,8	5,7	11,2	112
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	0,4	0,3	6,5	30
ХЛОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>6,3</b>	<b>15,1</b>	<b>30,5</b>	<b>283</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			3,7	16
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>9,7</b>	<b>112</b>
<b>Обед</b>					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	4,4	11,4	93
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,6	3,9	11,7	92
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	12,8	13,9	25,7	197
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180			7,6	30
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>19,5</b>	<b>22,4</b>	<b>72,7</b>	<b>489</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	150	2,9	0,6	22,8	128
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	20	0,7	2,3	1,2	29
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
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>11,1</b>	<b>5,7</b>	<b>42,6</b>	<b>289</b>
<b>Всего</b>		<b>40,9</b>	<b>46,2</b>	<b>155,5</b>	<b>1173</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
27 декабря 2024 г.

**Ясли 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	150	3,5	5,1	10,5	103
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	150	0,4	0,3	5,7	27
ХЛЕБ НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>6</b>	<b>14,5</b>	<b>29</b>	<b>271</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			2,8	12
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>8,8</b>	<b>108</b>
<b>Обед</b>					
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	160	1,6	4	11,2	89
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,6	3,3	11,7	87
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	75	12,8	13,9	25,7	197
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
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>19,5</b>	<b>21,4</b>	<b>72,5</b>	<b>480</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	130	2,5	3,3	20,9	124
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	20	0,7	2,3	1,2	29
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
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>10,7</b>	<b>8,4</b>	<b>40,7</b>	<b>285</b>
<b>Всего</b>		<b>40,2</b>	<b>47,3</b>	<b>151</b>	<b>1144</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 декабря 2024 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ ПШЕНОЙ	150	3,8	5,1	11,8	109
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,9	8,9	74
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
ФРУКТОВОЕ	8	0,1		10,6	43
<b>Итого</b>		<b>9</b>	<b>8,8</b>	<b>44</b>	<b>292</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
<b>Итого</b>		<b>4,9</b>	<b>3,6</b>	<b>11,9</b>	<b>134</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	160	1,7	3,9	11,2	90
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	180	8,7	7,2	12,5	152
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	160	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>13</b>	<b>11,3</b>	<b>49</b>	<b>356</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,7	7	17,4	156
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,9	1,5	1,5	22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	160	0,1		5,3	22
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>9,2</b>	<b>8,7</b>	<b>40,5</b>	<b>277</b>
<b>Всего</b>		<b>36,1</b>	<b>32,4</b>	<b>145,4</b>	<b>1059</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

26 декабря 2024 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНОЙ	170	3,8	5,4	12	112
КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,2	2,9	9,4	77
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
ОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
<b>Итого</b>		<b>9,1</b>	<b>9,1</b>	<b>44,7</b>	<b>298</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
<b>Итого</b>		<b>4,9</b>	<b>3,6</b>	<b>12,5</b>	<b>137</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,2	5	14,8	116
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	200	9,1	7,5	13,7	162
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>13,9</b>	<b>12,7</b>	<b>53,8</b>	<b>392</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,2	8	17,4	167
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,9	1,5	1,5	22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		6	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>9,7</b>	<b>9,7</b>	<b>41,2</b>	<b>290</b>
<b>Всего</b>		<b>37,6</b>	<b>35,1</b>	<b>152,2</b>	<b>1117</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

25 декабря 2024 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	170	3,4	5,3	12,3	111
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	170	0,1		6	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		64
<b>Итого</b>		<b>7,8</b>	<b>9,1</b>	<b>31</b>	<b>265</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
<b>Итого</b>		<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>20,6</b>	<b>145</b>
<b>Обед</b>					
СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ, КУРИНЫМ МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1,7	2,7	11,1	79
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	5,4	20,3	85
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ	60		2,3		21
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	10	0,2	1	0,7	12
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	30	0,6	3	3	42
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	180	0,1		8,9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>8,2</b>	<b>14,6</b>	<b>60,3</b>	<b>353</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	1,4	1,2	18
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>2,8</b>	<b>4,8</b>	<b>25,1</b>	<b>154</b>
<b>Всего</b>		<b>23,9</b>	<b>33,1</b>	<b>137</b>	<b>917</b>



Утверждаю

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

# МЕНЮ

25 декабря 2024 г.

## Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	150	3,1	4,7	11,6	102
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,3	22
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		64
<b>итого</b>		<b>7,5</b>	<b>8,5</b>	<b>29,6</b>	<b>254</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
ВАФЛИ	17	0,5	0,6	13	60
<b>Итого</b>		<b>5,1</b>	<b>4,6</b>	<b>20,6</b>	<b>145</b>
<b>Обед</b>					
СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ, КУРИНЫМ МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	160	1,6	2,5	9,7	71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,4	3,5	16,5	108
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ	70	2,2	4,2	1,9	123
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	10	0,2	1	0,7	12
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	30	0,6	3	3	42
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	160	0,1		8,9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>итого</b>		<b>9,6</b>	<b>14,4</b>	<b>57</b>	<b>470</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	1,4	1,2	18
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1,1	0,1	6,8	33
<b>Итого</b>		<b>2,9</b>	<b>4,4</b>	<b>25,2</b>	<b>152</b>
<b>Всего</b>		<b>25,1</b>	<b>31,9</b>	<b>132,4</b>	<b>1021</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,7	4,6	7	81
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МЕДОМ	150	0,2		7,3	30
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>13,7</b>	<b>27,1</b>	<b>252</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>7,6</b>	<b>103</b>
<b>Обед</b>					
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	160	2,7	2,3	17,4	101
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	2,7	2,8	17,4	107
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ П/Ф	50	2,4	4,6		115
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	10	0,3	1,1	0,9	18
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ ( МЕКСИКЕАНСКАЯ СМЕСЬ П/Ф)	20				
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>10,6</b>	<b>11</b>	<b>59,6</b>	<b>448</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
АЗУ ПО ТАТАРСКИ	130	6,8	6,7	13,7	144
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	160	0,1		5,9	24
СУШКА	8	0,9	0,8	5,7	27
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>10,3</b>	<b>7,7</b>	<b>41,6</b>	<b>272</b>
<b>Всего</b>		<b>29,9</b>	<b>35,4</b>	<b>135,9</b>	<b>1075</b>



Утверждаю

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

# МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	170	2,7	4,9	7,2	85
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МЕДОМ	170	0,2		7,5	31
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>14</b>	<b>27,5</b>	<b>257</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>8,1</b>	<b>105</b>
<b>Обед</b>					
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ	180	2,2	2,3	15,4	92
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,7	3,5	17,4	112
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ П/Ф	50	2,4	4,6		115
СОУС СМЕТАННЫЙ №371	10	0,3	1,1	0,9	18
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ ( МЕКСИКААНСКАЯ СМЕСЬ П/Ф)	20				
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>10,1</b>	<b>11,7</b>	<b>57,6</b>	<b>444</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
АЗУ ПО ТАТАРСКИ	150	6,8	7	13,8	148
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	180	0,1		5,9	24
СУШКА	10	1,1	1	7,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>10,5</b>	<b>8,2</b>	<b>43,2</b>	<b>283</b>
<b>Всего</b>		<b>29,6</b>	<b>36,9</b>	<b>136,4</b>	<b>1089</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
23 декабря 2024 г.

**Ясли 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	4,7	12,8	108
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,5	2,6	9,7	73
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
ВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		10,6	43
<b>Итого</b>		<b>8,2</b>	<b>8,1</b>	<b>45,8</b>	<b>290</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
<b>Итого</b>		<b>4,9</b>	<b>3,6</b>	<b>11,9</b>	<b>134</b>
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	160	2,3	3,4	11,5	86
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	1,8	6,4	17	133
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,2	2	0,7	22
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	160			9,9	39
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>6,8</b>	<b>12</b>	<b>55,4</b>	<b>357</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130		3,2		29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	160	0,1		6	24
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	0,7	0,9	7,3	41
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	18	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	14	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>3,3</b>	<b>4,3</b>	<b>29,6</b>	<b>171</b>
<b>Всего</b>		<b>23,2</b>	<b>28</b>	<b>142,7</b>	<b>952</b>

Утверждаю

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



# МЕНЮ

23 декабря 2024 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	170	3,6	5	13	112
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,5	2,6	9,7	73
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	25	2	0,8	12,7	66
ВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
<b>Итого</b>		<b>8,2</b>	<b>8,4</b>	<b>46</b>	<b>294</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	120	4,8	3,6	7,2	115
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
<b>Итого</b>		<b>4,9</b>	<b>3,6</b>	<b>12,5</b>	<b>137</b>
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180	2,3	3,8	11,7	90
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	1,8	8	17,1	148
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,2	2	0,7	22
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	180			9,9	39
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>6,8</b>	<b>14</b>	<b>55,7</b>	<b>376</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	150		3,2		29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	180	0,1		6	24
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	0,7	0,9	7,3	41
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	19	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1	0,1	6,7	32
<b>Итого</b>		<b>3,3</b>	<b>4,3</b>	<b>29,6</b>	<b>171</b>
<b>Всего</b>		<b>23,2</b>	<b>30,3</b>	<b>143,8</b>	<b>978</b>