

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

**МЕНЮ**

20 октября 2025 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	3,2	4,8	11,6	103
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,2	2,3	8	62
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,7	0,4	17,1	83
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>8,2</b>	<b>7,5</b>	<b>45,9</b>	<b>5</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,1	0,1	6,3	28
<b>Итого</b>		<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,3</b>	<b>28</b>
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	3,2	3,5	15,1	106
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	130	7,9	8,7	20,9	194
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,2	2	0,7	22
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,3	0,6	8,8	33
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>18,1</b>	<b>15,7</b>	<b>52</b>	<b>409</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф И СЛ. МАСЛОМ	130	23	10	20,3	170
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	1,3		0,9	52
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>30,8</b>	<b>10,9</b>	<b>27,7</b>	<b>286</b>
<b>Всего</b>		<b>57,2</b>	<b>34,2</b>	<b>131,9</b>	<b>1008</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
20 октября 2025 г.

**Сад 10 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,3	3,8	12,4	97
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,2	2,3	8	62
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,7	0,4	17,1	83
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>8,3</b>	<b>6,5</b>	<b>46,7</b>	<b>279</b>
<b>II Завтрак</b>					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,1	0,1	6,7	30
<b>Итого</b>		<b>0,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,7</b>	<b>30</b>
<b>Обед</b>					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180	3,5	3,6	17,1	116
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	150	7,9	9,9	20,9	205
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,2	2	0,7	22
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,6	9,3	35
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>18,4</b>	<b>17</b>	<b>54,5</b>	<b>432</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф И СЛ. МАСЛОМ	130	2,4	8,9	17,7	157
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	200	1,4		1	8
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>10,3</b>	<b>9,8</b>	<b>25,2</b>	<b>269</b>
<b>Всего</b>		<b>37,1</b>	<b>33,4</b>	<b>133,1</b>	<b>1010</b>