



Утверждаю



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

## МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Ясли 10 часов

| Наименование блюда                         | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|  |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                             |       |                   |             |              |                               |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                        | 150   | 3,4               | 5,4         | 12,4         | 112                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                            | 180   | 2,2               | 1,9         | 18,9         | 102                           |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ                    | 24    | 2                 | 0,8         | 13,3         | 69                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 10    | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                            |
| <b>Итого</b>                               |       | <b>7,7</b>        | <b>16,4</b> | <b>44,7</b>  | <b>358</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>                                |       |                   |             |              |                               |
| БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ СВЕКЛОЙ И СМЕТАНОЙ НА МБ | 180   | 1,8               | 4,3         | 11,8         | 96                            |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                 | 100   | 2,2               | 3,2         | 10,2         | 79                            |
| БЕФСТРОГАНОВ                               | 50    | 3,2               | 5           | 2,1          | 69                            |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА         | 180   | 0,3               | 0,1         | 11           | 47                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ               | 20    | 5,5               | 0,7         | 3,5          | 38                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 16    | 1,1               | 0,1         | 7            | 34                            |
| <b>Итого</b>                               |       | <b>14,1</b>       | <b>13,4</b> | <b>45,6</b>  | <b>363</b>                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                 |       |                   |             |              |                               |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ОБЖАРЕННЫМ ЛУКОМ      | 130   | 2,5               | 3,3         | 20,8         | 124                           |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ           | 10    | 0,3               | 1,2         | 1            | 16                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ              | 180   | 0,1               |             | 5,9          | 24                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ               | 20    | 5,5               | 0,7         | 3,5          | 38                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 16    | 0,4               | 0,1         | 2,3          | 11                            |
| <b>Итого</b>                               |       | <b>8,8</b>        | <b>5,3</b>  | <b>33,5</b>  | <b>213</b>                    |
| <b>Всего</b>                               |       | <b>34,6</b>       | <b>38,1</b> | <b>129,8</b> | <b>990</b>                    |



Утверждаю

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

## МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Сад 10 часов

| Наименование блюда                          | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|   |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                              |       |                   |             |              |                               |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                         | 200   | 3,4               | 6,2         | 12,9         | 122                           |
| КАКАО С МОЛОКОМ                             | 200   | 3,2               | 2,9         | 10,2         | 80                            |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ                     | 30    | 2,1               | 0,8         | 13,4         | 69                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                            | 10    | 0,1               | 8,3         | 0,1          | 75                            |
| <b>Итого</b>                                |       | <b>8,8</b>        | <b>18,2</b> | <b>36,6</b>  | <b>346</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>                                 |       |                   |             |              |                               |
| БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ СВЕКЛОЙ И СМЕТАНОЙ НА М\Б | 200   | 1,9               | 4,7         | 12,9         | 104                           |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                  | 120   | 2,2               | 3,8         | 10,2         | 84                            |
| БЕФСТРОГАНОВ                                | 80    | 3,5               | 6,3         | 3,8          | 88                            |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА          | 200   | 0,3               | 0,1         | 12,8         | 55                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ                | 20    | 1,5               | 0,1         | 10           | 47                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 16    | 1,1               | 0,1         | 7,2          | 35                            |
| <b>Итого</b>                                |       | <b>10,5</b>       | <b>15,1</b> | <b>56,9</b>  | <b>413</b>                    |
| <b>Уплотненный полдник</b>                  |       |                   |             |              |                               |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ОБЖАРЕННЫМ ЛУКОМ       | 150   | 2,9               | 3,8         | 24           | 142                           |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ            | 10    | 0,3               | 1,2         | 1            | 16                            |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ               | 200   | 1,4               |             | 1            | 58                            |
| ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ                | 20    | 5,5               | 0,7         | 3,5          | 38                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 16    | 0,4               | 0,1         | 2,3          | 11                            |
| <b>Итого</b>                                |       | <b>10,5</b>       | <b>5,8</b>  | <b>31,8</b>  | <b>265</b>                    |
| <b>Всего</b>                                |       | <b>33,8</b>       | <b>42,1</b> | <b>131,3</b> | <b>1080</b>                   |