



Утверждаю

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

МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНОЙ	150	3,5	4,9	11,4	105
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,7	7,9	68
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		10,6	43
Итого		8,4	8,4	42,6	282
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
Итого		4,1	3	10,7	115
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	160	1,7	3,9	11,4	91
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	180	7,9	7,1	10,4	140
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	160	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		12,2	11,2	47,1	345
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	4,8	6,5	14,5	137
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	25	0,9	1,5	1,5	22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	160	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		8,3	8,2	38,2	260
Всего		33	30,8	138,6	1002



Утверждаю

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



МЕНЮ
13 марта 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНОЙ	170	3,5	5,2	11,6	108
КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,9	2,7	7,9	68
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
Итого		8,5	8,7	42,8	285
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
Итого		4,1	3	11,3	118
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	4,4	15	111
СОЛЯНКА ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	200	8,2	7,5	11,5	148
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,1		9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		12,9	12,1	51,8	373
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	4,8	6,9	14,5	140
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	25	0,9	1,5	1,5	22
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,1	0,1	6,8	33
Итого		8,4	8,6	38,3	264
Всего		33,9	32,4	144,2	1040