

Утверждаю

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

**МЕНЮ**

10 декабря 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	3,1	3,8	11,4	92
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С КЛУБНИКОЙ И САХАРОМ	180	0,2	0,3	6,6	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,7	0,4	17,1	83
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>6,1</b>	<b>4,5</b>	<b>44,3</b>	<b>238</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
<b>Итого</b>					
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	150	1,2	4,5	6,6	74
РИС ОТВАРНОЙ	80	1,3	2,2	13,2	78
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	6,8	2,8	2,1	60
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	6,6	29
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>15,9</b>	<b>10,5</b>	<b>35</b>	<b>295</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
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>7,8</b>	<b>3,7</b>	<b>7,4</b>	<b>132</b>
<b>Всего</b>		<b>29,8</b>	<b>18,7</b>	<b>86,7</b>	<b>665</b>

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

/Кузовкова Татьяна Юрьевна/

**МЕНЮ**

10 декабря 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	3,1	3,8	11,3	92
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С КЛУБНИКОЙ И САХАРОМ	180	0,2	0,3	6,7	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	32	2,7	0,4	17,1	83
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>6,1</b>	<b>4,5</b>	<b>44,3</b>	<b>238</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
<b>Итого</b>					
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,3	4,5	6,8	75
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,3	2,8	13,1	83
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	6,8	2,8	2,4	62
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	6,6	29
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>16</b>	<b>11,1</b>	<b>35,4</b>	<b>303</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
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>7,8</b>	<b>4,1</b>	<b>7,4</b>	<b>135</b>
<b>Всего</b>		<b>29,9</b>	<b>19,7</b>	<b>87,1</b>	<b>676</b>