

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 июля 2025 г.

Ясли 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,4	3,5	7,1	71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХОРОМ	180	0,5	0,5	4,3	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	26	2,2	0,3	13,8	67
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			6,8	27
Итого		5,1	4,3	32	189
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	55
Итого		0,5	0,1	9,9	55
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,2	2,4	7,4	58
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,2	3,6	10,1	82
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	7,3	2,8	2,4	66
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,2	0,5	5,8	21
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
Итого		16,8	10,1	31,5	276
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	130	2,5	3,5	20,2	123
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	25	0,6	1	1	15
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	4,8	22
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
Итого		9,1	5,4	31,8	209
Всего		31,5	19,9	105,2	729

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 июля 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	4	6,8	11,8	125
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХОРОМ	200	2,1	1,4	2,4	100
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	26	2,2	0,3	13,9	67
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			6,8	27
Итого		8,3	8,5	34,9	319
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	55
Итого		0,5	0,1	9,9	55
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	2	4,6	12,9	103
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,2	3,6	10,1	82
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	60	7,3	2,8	2,4	67
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	200	0,3	0,8	9,1	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
Итого		17,7	12,6	40,3	335
Уплотненный полдник					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ОБЖАРЕННЫМ ЛУКОМ	150	2,7	3,5	21,8	131
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	25	0,9	1,5	1,5	23
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	7,8	35
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
Итого		9,6	5,9	36,9	238
Всего		36,1	27,1	122	947