



МЕНЮ

12 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 РИСОВОЙ	150	3,1	4,8	11,7	103
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	150	0,1		5,9	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		64
Итого		7,5	8,6	30,3	257
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	150	6	4,5	9	144
Итого		6	4,5	9	144
Обед					
СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ, КУРИНЫМ МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	160	1,6	2,5	9,7	71
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,4	3,5	16,5	108
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ	65		2,7		24
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	10	0,2	1	0,7	12
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	30	0,6	3	2,9	42
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	160	0,1		10,7	44
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		7,4	12,9	56,8	378
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		3,2		29
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,1	0,9	14
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	160			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		2,7	4,5	24,8	150
Всего		23,6	30,5	120,9	929



Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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 РИСОВОЙ	170	3,1	5,1	11,9	107
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	170	0,1		5,9	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		64
Итого		7,5	8,9	30,5	261
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	150	6	4,5	9	144
Итого		6	4,5	9	144
Обед					
СУП ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ, КУРИНЫМ МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	180	1,7	2,7	11,1	79
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,1	5,4	20,3	85
КОТЛЕТА РЫБНАЯ П/Ф ЗАПЕЧЕНАЯ	65		2,7		24
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	10	0,2	1	0,7	12
СВЕКЛА С ОВОЩАМИ	30	0,6	3	2,9	42
КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ	180	0,1		8,9	37
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		8,2	15	60,2	356
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,2	1,1	0,9	14
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180			7,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		2,7	4,5	24,8	150
Всего		24,4	32,9	124,5	911