



Утверждаю

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

МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	150	3	4,6	11,5	100
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	150	0,2	0,2	6,1	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2,3	0,9	15	78
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		37
Итого		7,8	8,7	32,6	242
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	30			1,6	7
Итого		4	3	7,6	103
Обед					
СУП РЫБНЫЙ	160	5,8	2	13,2	95
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,7	3,5	17,1	111
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	65	3,5	2,6	24	174
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	30	1	2,2	1,6	31
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	160	0,1		8,9	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,3	0,2	8,3	40
Итого		16,1	10,6	84,4	540
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П/Ф	130		2,6		24
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
Итого		7,9	5,5	21,5	170
Всего		35,8	27,8	146,1	1055



МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	170	3,3	5,2	12,1	109
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ	170	0,2	0,2	6,1	27
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2,3	0,9	15	78
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
Итого		9,3	10,8	33,2	269
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
КИСЛОРОДНЫЙ КОКТЕЙЛЬ	40			2,1	9
Итого		4	3	8,1	105
Обед					
СУП РЫБНЫЙ	180	6,1	2,3	16,9	113
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,7	3,5	17,1	111
КОТЛЕТА МЯСНАЯ П/ФМ ЗАПЕЧЕНАЯ	65	3,5	2,6	24	174
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	30	1	1,6	1,6	26
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	0,1		8,9	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
Итого		16,3	10,3	87,7	551
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ П\Ф	150		3		28
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	5	2,6	2,3	55
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,7	0,1	11,3	53
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,2	0,2	7,9	38
Итого		7,9	5,9	21,5	174
Всего		37,5	30	150,5	1099