



## МЕНЮ

16 апреля 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,2	4,7	9,4	94
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	150	0,2	0,5	5,9	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>5,2</b>	<b>5,9</b>	<b>35,5</b>	<b>214</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	2,5	1,3	1,2	27
<b>Итого</b>		<b>2,5</b>	<b>1,3</b>	<b>1,2</b>	<b>27</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	160	1,7	4,2	11,1	91
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,3	2,8	13,2	83
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	7,5	2,8	3,6	70
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	15			2,3	9
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	160	0,1		8,8	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>12,8</b>	<b>10</b>	<b>53,1</b>	<b>356</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,9	3	12,5	86
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	20	0,6	1,6	1,1	21
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	160	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>4,8</b>	<b>4,8</b>	<b>33,6</b>	<b>198</b>
<b>Всего</b>		<b>25,3</b>	<b>22</b>	<b>123,4</b>	<b>795</b>



Утверждаю



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

## МЕНЮ

16 апреля 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	3,5	5,3	10	102
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ СО СМОРОДИНОЙ	170	0,2	0,5	5,9	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>5,5</b>	<b>6,5</b>	<b>36,1</b>	<b>222</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	2,5	1,3	1,2	27
<b>Итого</b>		<b>2,5</b>	<b>1,3</b>	<b>1,2</b>	<b>27</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,9	4,5	11,2	95
РИС ОТВАРНОЙ	120	1,3	3,4	13,2	89
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	7,5	2,8	3,6	70
КУКУРУЗА СВ/М ОТВАРНАЯ	30			2,3	9
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,1		8,8	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>13</b>	<b>10,9</b>	<b>53,2</b>	<b>366</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	1,9	3,4	12,5	89
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ	20	0,6	1,6	1,1	21
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХОРОМ	180	0,1		5,9	24
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,3	0,1	8,3	39
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	0,9	0,1	5,8	28
<b>Итого</b>		<b>4,8</b>	<b>5,2</b>	<b>33,6</b>	<b>201</b>
<b>Всего</b>		<b>25,8</b>	<b>23,9</b>	<b>124,1</b>	<b>816</b>