

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 ноября 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	3,4	5,4	10	102
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,9	1,3	2,1	90
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18,1	88
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3		43
Итого		10,5	10,1	30,2	323
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	9,2	40
Итого		0,2	0,1	9,2	40
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,9	2,5	13,2	85
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	2,4	2,6	10,9	78
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,2	2,4	4,1	74
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,3	0,7	7,9	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,6	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,4	0,1	2,4	12
Итого		18,8	9	42	316
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,5	3,1	16,1	103
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	1,2	1	16
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,6	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,4	0,1	2,4	12
Итого		8,9	5,2	29,6	199
Всего		38,4	24,4	111	878

Утверждаю

и.о. Заведующего
МБДОУ "ЦРР-ДС №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ
21 ноября 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,4	4,4	10	93
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,9	0,9	6,6	38
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18	88
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		64
Итого		10,7	10,2	34,6	283
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,2	0,1	10,5	45
Итого		0,2	0,1	10,5	45
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	4,3	14,9	109
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,4	3,2	10,9	83
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ПТИЦЫ	80	8,2	2,8	4,1	78
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	7,9	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,4	0,1	2,4	12
Итого		18,9	11,8	43,7	349
Уплотненный полдник					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130	2,5	3,5	16,1	107
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	1,2	1	16
НАПИТОК ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,4	0,1	2,4	12
Итого		8,8	5,6	29,6	203
Всего		38,6	27,7	118,4	880