

Утверждаю

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



# МЕНЮ

12 января 2026 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНОЙ	150	4,1	5,6	13,8	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,9	9,6	76
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	48	4	0,6	25,6	124
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>9,1</b>	<b>58,2</b>	<b>359</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5% ( В АССОРТИМЕНТЕ)	100	4	3	6	56
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,5	2	9,7	64
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	130	8,7	9,6	17,9	194
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,3	2	0,9	23
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	150	0,4	1	10,8	40
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	33	9,2	1,2	5,8	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	0,7	0,1	3,9	19
<b>Итого</b>		<b>20,8</b>	<b>15,9</b>	<b>49</b>	<b>403</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	180	1,3		0,9	52
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	33	9,2	1,2	5,8	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	0,7	0,1	3,9	19
<b>Итого</b>		<b>11,2</b>	<b>4,1</b>	<b>10,6</b>	<b>160</b>
<b>Всего</b>		<b>47</b>	<b>32,1</b>	<b>123,8</b>	<b>978</b>

Утверждаю

и.о. Заведующего  
МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

**МЕНЮ**  
12 января 2026 г.

**Сад 10 часов**



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНОЙ	180	4,1	4,6	13,8	113
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,8	2,9	9,6	76
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	48	4	0,6	25,5	124
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,2	37
<b>Итого</b>		<b>11</b>	<b>8,1</b>	<b>58,1</b>	<b>350</b>
<b>II Завтрак</b>					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5% ( В АССОРТИМЕНТЕ)	100	4	3	6	56
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	4,4	9,9	89
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	150	8,8	10,8	17,9	204
ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ С ЛУКОМ	20	0,3	2	0,9	23
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,4	1	12	44
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	33	9,1	1,2	5,8	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	0,6	0,1	3,9	19
<b>Итого</b>		<b>20,8</b>	<b>19,5</b>	<b>50,4</b>	<b>442</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3		28
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С САХАРОМ	200	1,4		1	58
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	33	9,1	1,2	5,8	63
ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	0,6	0,1	3,9	19
<b>Итого</b>		<b>11,1</b>	<b>4,3</b>	<b>10,7</b>	<b>168</b>
<b>Всего</b>		<b>46,9</b>	<b>34,9</b>	<b>125,2</b>	<b>1016</b>