

Утверждаю



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

МЕНЮ
29 октября 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,9	4	8,5	82
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ И САХАРОМ	180	0,2	0,4	6,3	30
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	35	2,9	0,4	18,6	90
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			6,8	27
Итого		6	4,8	40,2	229
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	150	1,3	4,5	7,1	77
РИС ОТВАРНОЙ	80	1,4	2,2	14,4	83
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	7,5	2,8	2,1	64
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	7,2	33
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,7	0,9	4,2	46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		17,5	10,6	37,9	317
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	9,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,7	0,9	4,2	46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		7,5	4,5	16,3	120
Всего		31	19,9	94,4	666

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 октября 2025 г

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,3	4,1	11,3	95
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ОБЛЕПИХОЙ И САХАРОМ	180	0,2	0,4	6,3	30
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	35	3	0,4	18,7	91
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			6,8	27
Итого		6,5	4,9	43,1	243
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	1,4	4,5	7,1	77
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,4	2,8	14,4	89
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	7,5	2,8	2,1	64
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	7,2	32
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,6	0,9	4,2	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		17,5	11,2	37,9	321
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	200	0,3	0,7	9,2	34
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	24	6,6	0,9	4,2	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,1	2,9	14
Итого		7,4	4,5	16,3	119
Всего		31,4	20,6	97,3	683