

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 февраля 2025 г.

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	170	3,2	5	11,3	104
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2,4	2,6	11,7	80
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	28	2	0,8	12,7	66
ОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		10,6	43
Итого		7,7	8,4	46,3	293
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	80	0,1		5,3	22
Итого		4,1	3	11,3	118
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180	2,3	3,8	11,9	92
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	1,7	8	14,3	135
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,2	2	0,7	22
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	180			12,9	52
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		6,7	14	56,1	378
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П/Ф ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	150		3,2		29
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	180	0,1		6	24
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,9	1,5	1,5	22
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	12	1,1	1,5	11,2	63
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	21	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		4,6	6,4	35	215
Всего		23,1	31,8	148,7	1004

Утверждаю

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



МЕНЮ

10 февраля 2025 г.

Ясли 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,2	4,7	10,5	97
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,6	11,6	79
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	22	2	0,8	12,7	66
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	8	0,1		10,6	43
Итого		7,7	8,1	45,4	285
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2.5%	100	4	3	6	96
ФИТОЧАЙ	70	0,1		4,7	19
Итого		4,1	3	10,7	115
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	160	2,3	3,4	11,5	86
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	1,5	6,4	13,9	119
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ С ЛУКОМ	20	0,2	2	0,7	22
КИСЕЛЬ ИЗ КЛУБНИКИ	160			11,9	48
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		6,5	12	54,3	352
Уплотненный полдник					
ПЕЛЬМЕНИ РЫБНЫЕ П\Ф ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛ.	130		2,8		26
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	160	0,1		6	24
КАПУСТА БРОККОЛИ ОТВАРНАЯ	20	0,9	1,5	1,5	22
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	10	0,7	0,9	7,3	41
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	16	1,5	0,1	9,6	45
ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1	0,1	6,7	32
Итого		4,2	5,4	31,1	190
Всего		22,5	28,5	141,5	942