

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
23 июля 2025 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 МАННОЙ	150	3,6	5,4	12,1	111
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МЕДОМ	180	0,1		6,2	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	26	2,2	0,3	13,8	67
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			7,7	31
<b>Итого</b>		<b>5,9</b>	<b>5,7</b>	<b>39,8</b>	<b>235</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	2,7	5,1	57
ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53
<b>Итого</b>		<b>3,5</b>	<b>3,2</b>	<b>16,7</b>	<b>110</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	2	4,7	11,4	98
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,6	2,8	16,5	98
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	9,2	2,1	3	68
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	7,9	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
<b>Итого</b>		<b>18,8</b>	<b>10,5</b>	<b>44,6</b>	<b>349</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5	6,5	15,6	142
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	4	2	5	55
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,8	9,4	35
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
<b>Итого</b>		<b>15,2</b>	<b>10,1</b>	<b>35,8</b>	<b>281</b>
<b>Всего</b>		<b>43,4</b>	<b>29,5</b>	<b>136,9</b>	<b>975</b>

**МЕНЮ**  
23 июля 2025 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 МАННОЙ	200	3,9	6,5	12,9	126
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ С МЕДОМ	200	0,1		6,2	26
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	26	2,2	0,3	13,9	67
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10			7,6	31
<b>Итого</b>		<b>6,2</b>	<b>6,8</b>	<b>40,6</b>	<b>250</b>
<b>II Завтрак</b>					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	3,1	2,7	5,1	57
ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,4	53
<b>Итого</b>		<b>3,5</b>	<b>3,2</b>	<b>16,5</b>	<b>110</b>
<b>Обед</b>					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	200	2,1	5,1	12,4	107
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,6	2,8	16,5	98
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	9,1	2,9	3,6	78
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	200	0,1	0,1	7,9	36
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
<b>Итого</b>		<b>18,8</b>	<b>11,7</b>	<b>46,2</b>	<b>368</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	5	6,9	15,7	146
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	10	0,3	2,4	0,9	27
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	200	0,3	0,8	9,4	35
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	20	5,5	0,7	3,5	38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,4	0,1	2,3	11
<b>Итого</b>		<b>11,5</b>	<b>10,9</b>	<b>31,8</b>	<b>257</b>
<b>Всего</b>		<b>40</b>	<b>32,6</b>	<b>135,1</b>	<b>985</b>