

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 ноября 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	10,6	92
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,9	24
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18,1	88
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,8	40
Итого		6,3	4,4	44,4	244
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	150	2,1	4,7	13,9	109
РИС ОТВАРНОЙ	80	1,6	2,2	16,9	95
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	7,5	2,8	3,6	70
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	150	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,8	13
Итого		18,2	10,8	47,8	361
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	130		2,8		26
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	180	0,3	0,7	7,9	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,8	13
Итого		7,2	4,5	14,7	112
Всего		31,7	19,7	106,9	717

Утверждаю

и.о. Заведующего

МБДОУ "ЦРР-Д\С №60"

Кузовкова Татьяна Юрьевна/

МЕНЮ

12 ноября 2025 г.

Сад 10 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,1	4	10,5	91
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	180	0,1		5,3	22
БАТОН НАРЕЗНОЙ СТОЛОВЫЙ	34	2,9	0,4	18	88
ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ	10	0,1		9,8	40
Итого		6,2	4,4	43,6	241
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100				
Итого					
Обед					
СУП "ВЕГЕТАРИАНСКИЙ"	180	2,3	4,7	14,4	112
РИС ОТВАРНОЙ	100	1,6	2,8	17	100
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	7,5	2,8	3,6	70
КОМПОТ ЯГОДНЫЙ	180	0,1	0,1	6,6	30
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4,1	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,7	13
Итого		18,4	11,4	48,4	369
Уплотненный полдник					
ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ П/Ф И СЛ. МАСЛОМ	150		3,2		29
КОМПОТ ИЗ КЛУБНИКИ	200	0,3	0,7	7,9	29
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ	23	6,4	0,9	4,1	44
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	0,5	0,1	2,7	13
Итого		7,2	4,9	14,7	115
Всего		31,8	20,7	106,7	725