

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад № 13 "Светлячок"
_____/Ставицкая Н. Г./

МЕНЮ
1 октября 2026 г.



DN: C=RU, OU=Заведующий, O=МБДОУ "Детский сад №13 "Светлячок", CN=Ставицкая Наталья Георгиевна,
E=sadik_svetlychek-saky@crimeaedu.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Дата: 2026.09.30 16:53:25+0300'

Сад 10,5 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	180	4,36	4,59	15,22	119,69
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	30	2,31	0,90	15,03	77,70
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,44	1,20	2,28	25,20
Итого		8,14	10,82	32,57	259,99
II Завтрак					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,39	0,39	9,51	45,59
Итого		0,39	0,39	9,51	45,59
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,66	3,61	2,74	47,25
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	6,52	9,26	12,23	158,90
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,69	4,61	25,84	167,65
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	120	18,22	18,33	4,21	254,63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,50
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,08	0,08	10,14	42,12
Итого		35,94	36,41	86,11	818,10
Полдник					
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,58	2,76	15,31	97,43
ТЕФТЕЛИ ИЗ РЫБЫ С ТВОРОГОМ	80	12,34	2,28	4,95	90,58
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65
Итого		15,09	5,07	25,93	211,26
Всего		59,56	52,69	154,12	1 334,94

Медицинская сестра _____ Селезнева О.В.

Зав. производством (шеф-повар) _____ Здорова О.И.