

Утверждаю

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

МЕНЮ
6 февраля 2026 г.
Сад 10,5 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА"	120	3,72	6,00	16,08	134,40
БАТОН	30	2,77	1,08	18,04	93,24
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,38	4,29	0,00	52,93
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,44	1,20	2,28	25,20
Итого		11,34	16,70	36,44	343,17
II Завтрак					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого		0,40	0,40	9,80	44,00
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0,81	3,05	5,14	51,62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,69	6,78	16,32	153,31
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,48	7,39	12,00	130,46
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	12,42	3,96	7,31	114,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	13,93	55,70
Итого		28,14	21,70	85,43	652,45
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,71	6,42	29,89	191,88
ПРОСТОКВАША	180	5,06	5,59	7,16	103,01
Итого		8,77	12,01	37,05	294,89
Всего		48,65	50,81	168,72	1 334,51

Медицинская сестра _____ Селезнева О.В.

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