

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Сад 10,5 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (МАНКА)	180	4,71	4,59	14,84	119,51
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	4,30	0,00	53,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого		14,56	17,29	48,74	410,15
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					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,81	3,60	4,92	55,63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	4,24	4,61	20,08	139,00
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	13,82	13,24	11,23	220,21
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,55	1,13	2,33	21,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,29	0,19	15,05	71,05
ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,45	0,33	15,68	75,47
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08
Итого		25,03	23,27	86,92	658,37
Полдник					
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80	5,86	11,86	5,05	150,42
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,72	2,82	4,62	47,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,02	5,52	21,60
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65
Итого		6,75	14,71	15,34	220,67
Всего		46,74	55,67	160,80	1 333,19

Медицинская сестра _____ Селезнева О.В.

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