

Утверждаю

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

## МЕНЮ

7 апреля 2026 г.

Ясли 10,5 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (МАНКА)	150	3,91	3,82	12,35	99,41
БАТОН	30	2,77	1,08	18,04	93,24
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,25	2,86	0,00	35,35
КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,15	2,72	12,96	89,00
Итого		12,11	14,61	43,39	354,40
<b>II Завтрак</b>					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	95	0,38	0,38	9,31	41,80
Итого		0,38	0,38	9,31	41,80
<b>Обед</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,53	2,41	3,28	37,11
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,93	4,23	18,13	126,41
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	12,22	11,69	9,85	194,33
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	15	0,28	0,55	1,17	10,97
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,92	0,07	6,02	28,42
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,73	0,15	14,70	62,57
Итого		20,60	19,36	65,87	521,00
<b>Полдник</b>					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,48	1,89	3,08	31,00
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	61	4,44	9,95	3,78	122,37
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,02	4,60	18,00
ЛИМОН	5	0,05	0,01	0,15	1,65
Итого		5,07	11,87	11,61	173,02
Всего		38,16	46,22	130,18	1 090,22

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Селезнева О.В.

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Здорова О.И.