

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**9 декабря 2025 г.**

**Сад 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)	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
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,19	15,82	107,00
Итого		11,18	12,99	48,74	357,15
<b>II Завтрак</b>					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,00
Итого		0,40	0,40	9,80	44,00
<b>Обед</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,81	3,61	4,92	55,72
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	4,21	4,59	20,09	138,66
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	159	13,79	13,21	11,23	219,80
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,55	1,13	2,32	21,90
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		24,97	23,23	86,92	657,68
<b>Полдник</b>					
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80	5,90	11,89	5,05	150,79
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		6,79	14,74	15,34	221,04
Всего		43,34	51,36	160,80	1 279,87

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

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