

Утверждаю

Заведующая  
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД №7"ЧАЙКА"  
\_\_\_\_\_ /Кудрина В.В./

## МЕНЮ

26 сентября 2025 г.

### ЯСЛИ ДИЕТА

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
РИС ОТВАРНОЙ	97	4,37	2,82	0,41	29,89	134,49
РЫБА ОТВАРНАЯ	59	52,97	14,19	8,37	0,39	133,24
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ	40	6,42	1,92	0,73	23,17	105,36
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	1,97	0,20	0,00	7,82	32,06
Итого		65,73	19,13	9,51	61,27	405,15
<b>II Завтрак</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	64	7,29	0,30	0,30	7,35	33,00
Итого		7,29	0,30	0,30	7,35	33,00
<b>Обед</b>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	27	3,22	0,21	0,03	0,00	3,60
СУП ШАХТЕРСКИЙ	180	13,79	3,48	3,81	10,35	89,66
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	9,47	2,00	0,40	16,25	76,75
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	53	41,46	8,58	10,40	5,62	150,17
ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,76	1,95	0,26	12,46	59,96
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	149	8,64	0,73	0,15	14,60	62,15
Итого		78,34	16,95	15,05	59,28	442,29
<b>Полдник</b>						
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	51	6,55	3,57	7,35	26,83	187,61
ЧАЙ С САХАРОМ	150	1,04	0,19	0,00	5,25	21,76
ЛИМОН	4	1,24	0,04	0,00	0,13	1,45
Итого		8,83	3,80	7,35	32,21	210,82
Всего		160,19	40,18	32,21	160,11	1 091,26

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Садовская А.В.

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Крючкова А.А.