

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**8 декабря 2025 г.**  
**САД ДИЕТА**

| Наименование блюда                | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                   |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                           |       |               |                   |         |             |                                     |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ       | 100   | 3,01          | 3,59              | 3,98    | 23,03       | 142,36                              |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                     | 41    | 15,70         | 5,10              | 4,60    | 0,30        | 63,00                               |
| БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ               | 39    | 6,33          | 1,86              | 0,70    | 22,73       | 103,08                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 180   | 0,74          | 0,07              | 0,00    | 5,95        | 24,03                               |
| Итого                             |       | 25,78         | 10,62             | 9,28    | 52,01       | 332,47                              |
| II Завтрак                        |       |               |                   |         |             |                                     |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)     | 74    | 8,43          | 0,30              | 0,30    | 7,35        | 33,00                               |
| Итого                             |       | 8,43          | 0,30              | 0,30    | 7,35        | 33,00                               |
| Обед                              |       |               |                   |         |             |                                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                   | 49    | 3,63          | 0,70              | 3,00    | 4,13        | 46,29                               |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200   | 18,99         | 3,62              | 5,80    | 7,52        | 97,33                               |
| КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ             | 149   | 2,79          | 4,13              | 5,64    | 24,37       | 164,58                              |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                    | 75    | 31,79         | 9,93              | 6,66    | 7,96        | 131,55                              |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 33    | 1,92          | 2,19              | 0,29    | 14,05       | 67,62                               |
| КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ         | 180   | 3,39          | 0,00              | 0,00    | 9,68        | 38,70                               |
| Итого                             |       | 62,52         | 20,57             | 21,39   | 67,71       | 546,07                              |
| Полдник                           |       |               |                   |         |             |                                     |
| ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ             | 150   | 13,61         | 6,67              | 3,57    | 40,20       | 219,58                              |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 180   | 0,93          | 0,12              | 0,02    | 5,52        | 21,60                               |
| ЛИМОН                             | 5     | 1,40          | 0,04              | 0,00    | 0,15        | 1,64                                |
| Итого                             |       | 15,94         | 6,83              | 3,59    | 45,87       | 242,82                              |
| Всего                             |       | 112,67        | 38,32             | 34,56   | 172,94      | 1 154,36                            |

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

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816856

Владелец Кудрина Вера Владимировна

Действителен с 27.06.2025 по 27.06.2026