

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
**16 декабря 2025 г.**  
**Сад 10,5 часов**

| Наименование блюда                       | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                          |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                  |       |               |                   |         |             |                                     |
| КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                       | 130   | 10,82         | 3,75              | 5,11    | 18,73       | 135,79                              |
| БАТОН                                    | 32    | 3,18          | 2,38              | 0,92    | 16,32       | 83,17                               |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                         | 5     | 5,12          | 0,03              | 4,16    | 0,04        | 37,74                               |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                           | 9     | 8,44          | 2,13              | 2,71    | 0,00        | 33,42                               |
| КАКАО С МОЛОКОМ                          | 179   | 11,42         | 3,67              | 3,19    | 15,82       | 107,00                              |
| Итого                                    |       | 38,98         | 11,96             | 16,09   | 50,91       | 397,12                              |
| II Завтрак                               |       |               |                   |         |             |                                     |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)            | 75    | 8,51          | 0,30              | 0,30    | 7,35        | 33,00                               |
| Итого                                    |       | 8,51          | 0,30              | 0,30    | 7,35        | 33,00                               |
| Обед                                     |       |               |                   |         |             |                                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200   | 15,01         | 6,57              | 6,65    | 16,41       | 151,81                              |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                          | 160   | 72,16         | 13,92             | 13,37   | 11,33       | 222,24                              |
| СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ                 | 31    | 3,67          | 0,56              | 1,58    | 2,22        | 25,22                               |
| СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ        | 186   | 10,76         | 0,90              | 0,18    | 18,18       | 77,40                               |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 27    | 1,63          | 2,07              | 0,17    | 13,60       | 64,17                               |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 31    | 1,86          | 2,05              | 0,27    | 13,11       | 63,07                               |
| Итого                                    |       | 105,09        | 26,07             | 22,22   | 74,85       | 603,91                              |
| Полдник                                  |       |               |                   |         |             |                                     |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ            | 79    | 26,82         | 8,14              | 8,62    | 1,53        | 116,36                              |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                          | 50    | 8,87          | 0,60              | 2,34    | 3,83        | 39,01                               |
| ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180   | 0,89          | 0,12              | 0,02    | 5,52        | 21,60                               |
| ЛИМОН                                    | 3     | 0,74          | 0,02              | 0,00    | 0,08        | 0,86                                |
| ПЕЧЕНЬЕ                                  | 20    | 3,13          | 1,40              | 2,80    | 13,80       | 86,00                               |
| Итого                                    |       | 40,45         | 10,28             | 13,78   | 24,76       | 263,83                              |
| Всего                                    |       | 193,03        | 48,61             | 52,39   | 157,87      | 1 297,86                            |

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