

Утверждаю

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

## МЕНЮ

13 января 2026 г.

### Сад 10,5 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	130	11,55	3,76	5,21	18,59	136,24
БАТОН	34	3,78	2,55	0,99	17,48	89,08
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	5,19	0,03	4,22	0,04	38,30
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	10,51	2,66	3,39	0,00	41,73
КАКАО С МОЛОКОМ	183	12,51	3,74	3,25	16,14	109,14
Итого		43,54	12,74	17,06	52,25	414,49
<b>II Завтрак</b>						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	75	8,50	0,30	0,30	7,35	33,00
Итого		8,50	0,30	0,30	7,35	33,00
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	199	15,22	5,32	5,36	16,08	133,99
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	154	70,80	12,77	12,47	11,03	208,31
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	3,54	0,53	1,50	2,11	24,02
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	179	10,41	0,87	0,17	17,58	74,85
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,51	1,73	0,14	11,39	53,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,27	2,25	0,30	14,43	69,44
Итого		103,75	23,47	19,94	72,62	564,36
<b>Полдник</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	81	21,14	8,20	8,70	1,58	117,50
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	49	8,75	0,60	2,34	3,83	39,01
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,91	0,12	0,02	5,52	21,60
ЛИМОН	5	1,35	0,04	0,00	0,14	1,58
ПЕЧЕНЬЕ	20	3,16	1,40	2,80	13,80	86,00
Итого		35,31	10,36	13,86	24,87	265,69
Всего		191,11	46,87	51,16	157,09	1 277,54

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