



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ

"ЦРР - д/с "Оленёнок"

А.В. Суркова

202\_\_ г.

09.12.2025

## МЕНЮ на 10.12.2025 г.

8 день (сад)

| Наименование блюда                          | масса<br>порции<br>г | Пищевые вещества |           |             | Энергети<br>ческая<br>ценность,<br>ккал |
|---------------------------------------------|----------------------|------------------|-----------|-------------|-----------------------------------------|
|                                             |                      | Белки<br>г       | Жиры<br>г | Угледо<br>ы |                                         |
| Завтрак                                     |                      |                  |           |             |                                         |
| Суп молочный с макаронными<br>изделиями     | 200                  | 3.7              | 4         | 24.7        | 141.1                                   |
| Какао с молоком                             | 180                  | 3.5              | 2.9       | 16          | 105                                     |
| Хлеб пшеничный                              | 30                   | 2.3              | 0.2       | 15.1        | 71                                      |
| Масло (порциями)                            | 5                    | 0                | 4.1       | 0           | 37.4                                    |
| Итого за прием пищи:                        | 415                  | 9.5              | 11.2      | 55.8        | 354.5                                   |
| II Завтрак                                  |                      |                  |           |             |                                         |
| Сок фруктовый (овощной)                     | 180                  | 2.5              | 2.7       | 15.1        | 89.4                                    |
| Итого за приём пищи:                        | 180                  | 2.5              | 2.7       | 15.1        | 89.4                                    |
| Обед                                        |                      |                  |           |             |                                         |
| Винегрет                                    | 60                   | 0.8              | 3.6       | 4.9         | 55.9                                    |
| Суп картофельный с мясными<br>фрикадельками | 180                  | 4.2              | 9.2       | 25.7        | 225.7                                   |
| Плов из птицы                               | 200                  | 10.7             | 20.8      | 35.7        | 293.6                                   |
| Компот из свежих фруктов                    | 180                  | 0.24             | 0.24      | 6.72        | 54.36                                   |
| Хлеб ржаной                                 | 50                   | 3.3              | 0.4       | 21.2        | 102                                     |
| Итого за приём пищи:                        | 670                  | 19.24            | 34.24     | 94.22       | 731.56                                  |
| Полдник                                     |                      |                  |           |             |                                         |
| Пряник                                      | 50                   | 3.7              | 4.7       | 29.4        | 172.4                                   |
| Молоко кипячёное                            | 200                  | 5.6              | 4.9       | 9.3         | 104.8                                   |
| Итого за приём пищи:                        | 250                  | 9.3              | 9.6       | 38.7        | 277.2                                   |
| Ужин                                        |                      |                  |           |             |                                         |
| Вареники ленивые                            | 200                  | 9.1              | 10.6      | 12.5        | 185.3                                   |
| Соус сладкий молочный                       | 40                   | 1.68             | 2.95      | 5.67        | 42.69                                   |
| Чай с сахаром                               | 180                  | 0.1              | 0         | 9           | 36.3                                    |
| Фрукты свежие(яблоко)                       | 100                  | 0.33             | 0.33      | 21.55       | 120.59                                  |
| Хлеб пшеничный                              | 40                   | 3.1              | 0.2       | 20.1        | 94.7                                    |
| Итого за приём пищи:                        | 560                  | 14.31            | 14.08     | 68.82       | 479.58                                  |
| Всего за день:                              | 2075                 | 54.85            | 71.82     | 272.64      | 1932.24                                 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279373

Владелец Суркова Александра Владимировна

Действителен с 26.03.2025 по 26.03.2026