

Утверждаю

Заведующий  
МАДОУ Детский сад №40"Цветик-семицветик"  
\_\_\_\_\_/Загоруйко Я.В./

**МЕНЮ**  
**6 октября 2026 г.**  
**Сад 10 часов**

| Наименование блюда                     | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|-------------|------------------------------------------|
|                                        |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                          |
| Завтрак                                |        |               |                   |         |             |                                          |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ                  | 180    | 9,93          | 7,29              | 4,43    | 34,77       | 208,60                                   |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 190    | 7,32          | 2,74              | 2,31    | 11,02       | 76,39                                    |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ                      | 30     | 11,18         | 3,92              | 3,15    | 9,82        | 84,00                                    |
| Итого                                  |        | 28,43         | 13,95             | 9,89    | 55,61       | 368,99                                   |
| II Завтрак                             |        |               |                   |         |             |                                          |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                          | 100    | 18,81         | 0,40              | 0,40    | 9,90        | 44,20                                    |
| Итого                                  |        | 18,81         | 0,40              | 0,40    | 9,90        | 44,20                                    |
| Обед                                   |        |               |                   |         |             |                                          |
| САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ  | 50     | 8,49          | 0,81              | 1,75    | 4,43        | 36,77                                    |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ    | 180    | 13,92         | 1,32              | 2,47    | 5,13        | 49,33                                    |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ            | 130    | 4,53          | 5,13              | 2,20    | 32,84       | 171,88                                   |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                | 70     | 45,99         | 10,66             | 10,23   | 2,57        | 144,87                                   |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180    | 2,78          | 0,57              | 0,10    | 16,15       | 67,92                                    |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                   | 38     | 2,77          | 2,58              | 0,30    | 16,11       | 77,52                                    |
| Итого                                  |        | 78,48         | 21,07             | 17,05   | 77,23       | 548,29                                   |
| Ужин                                   |        |               |                   |         |             |                                          |
| КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОГУРЦОМ СОЛЕНЫМ | 200/30 | 36,98         | 5,42              | 17,46   | 40,47       | 341,55                                   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180    | 0,83          | 0,16              | 0,00    | 6,43        | 26,34                                    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ             | 30     | 2,55          | 2,57              | 0,26    | 29,51       | 130,61                                   |
| ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА           | 50     | 9,24          | 3,22              | 3,09    | 32,68       | 152,36                                   |
| Итого                                  |        | 49,61         | 11,37             | 20,81   | 109,09      | 650,86                                   |
| Всего                                  |        | 175,33        | 46,79             | 48,15   | 251,83      | 1 612,34                                 |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Ходосевич Е.В.

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Ефремова Г.А.