

Утверждаю

Заведующий  
МБДОУ "Детский сад №2 "Звездочка"  
\_\_\_\_\_/Мазур А.В./

**МЕНЮ**  
**19 марта 2026 г.**

**Диета сад**

| Наименование блюда                 | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|-------------|------------------------------------------|
|                                    |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                          |
| Завтрак                            |       |               |                   |         |             |                                          |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ                    | 60    | 13,53         | 0,72              | 2,82    | 4,62        | 47,00                                    |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ        | 120   | 2,97          | 4,35              | 0,51    | 27,87       | 133,61                                   |
| ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ                       | 40    | 10,00         | 4,93              | 4,46    | 0,27        | 60,92                                    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                      | 180   | 0,94          | 0,12              | 0,02    | 5,52        | 21,60                                    |
| ЛИМОН                              | 5     | 1,84          | 0,05              | 0,01    | 0,15        | 1,66                                     |
| БАТОН                              | 31    | 3,13          | 2,35              | 0,91    | 16,08       | 81,94                                    |
| Итого                              |       | 32,41         | 12,52             | 8,73    | 54,51       | 346,73                                   |
| II Завтрак                         |       |               |                   |         |             |                                          |
| ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ               | 100   | 14,77         | 0,40              | 0,40    | 9,79        | 46,96                                    |
| Итого                              |       | 14,77         | 0,40              | 0,40    | 9,79        | 46,96                                    |
| Обед                               |       |               |                   |         |             |                                          |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ | 60    | 9,15          | 1,10              | 3,50    | 10,64       | 78,71                                    |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ                   | 200   | 35,13         | 6,49              | 4,05    | 16,11       | 127,19                                   |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                 | 155   | 21,27         | 3,05              | 0,61    | 24,83       | 117,30                                   |
| ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ                    | 90    | 59,53         | 16,52             | 13,72   | 5,86        | 232,26                                   |
| КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ  | 180   | 9,57          | 0,14              | 0,02    | 26,99       | 106,35                                   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30    | 2,01          | 2,30              | 0,19    | 15,13       | 71,40                                    |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 34    | 2,27          | 2,25              | 0,30    | 14,43       | 69,45                                    |
| Итого                              |       | 138,92        | 31,85             | 22,39   | 113,99      | 802,66                                   |
| Полдник                            |       |               |                   |         |             |                                          |
| ПУДИНГ ИЗ МОРКОВИ                  | 150   | 18,66         | 4,92              | 5,78    | 21,73       | 159,57                                   |
| КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ      | 165   | 57,55         | 19,80             | 11,59   | 76,59       | 489,69                                   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                      | 180   | 0,95          | 0,12              | 0,02    | 5,52        | 21,60                                    |
| Итого                              |       | 77,15         | 24,84             | 17,39   | 103,84      | 670,86                                   |
| Всего                              |       | 263,25        | 69,61             | 48,91   | 282,13      | 1 867,21                                 |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Пучкова Л.Ю.

Зав. производством (шеф-повар) \_\_\_\_\_ Кравченко Ю.Л.