

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с  
"Ёлочка"

Буторина Н.В.

**МЕНЮ**  
на 10.09.2025 г.  
по столовой МАДОУ д/с "Ёлочка"

**Д/с Ёлочка**  
**ЗАВТРАК**

| № рец.          | Наименование блюд                         | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |         |          |              |
|-----------------|-------------------------------------------|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
|                 |                                           |            |            | Белки            | Жиры    | Углеводы | Калорийность |
| ТТК 61<br>(180) | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 0,180      | 14,65      | 5,69632          | 7,83715 | 22,65629 | 184,72       |
| 79(м)           | масло сливочное порция                    | 0,005      | 4,00       | 0,04             | 3,625   | 0,065    | 33,05        |
| 75(7)           | сыр полутвердый порция                    | 0,007      | 4,52       | 1,88             | 1,82    | 0        | 24,71        |
| 462/2(18)       | Какао с молоком                           | 0,180      | 9,80       | 3,13488          | 3,204   | 13,43232 | 96,15        |
| Итого           |                                           |            | 32,97      |                  |         |          |              |

**ЗАВТРАК 2**

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| К(120) | Кефир без сахара  | 0,120      | 13,68      | 3,48             | 3    | 9,79     | 83,55        |
| Итого  |                   |            | 13,68      |                  |      |          |              |

**ОБЕД**

| № рец.   | Наименование блюд            | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |         |          |              |
|----------|------------------------------|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
|          |                              |            |            | Белки            | Жиры    | Углеводы | Калорийность |
| 385(110) | Рис отварной                 | 0,110      | 7,54       | 2,78             | 3,98    | 29,04    | 163,12       |
| 408(030) | Соус сметанный               | 0,030      | 6,48       | 0,47325          | 2,80185 | 1,06725  | 31,76        |
| 303(70)  | Суфле рыбное                 | 0,070      | 19,38      | 11,84138         | 6,41164 | 2,32904  | 114,82       |
| Ё        | борщ с капустой и картофелем | 0,180      | 17,55      | 4,5382           | 3,91602 | 5,9958   | 77,78        |
| ТТК486   | компот из свежих яблок       | 0,180      | 4,15       | 0,072            | 0,072   | 10,75    | 44,37        |
| Итого    |                              |            | 55,10      |                  |         |          |              |

**УПЛОТН.ПОЛДНИК**

| № рец.  | Наименование блюд             | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |       |          |              |
|---------|-------------------------------|------------|------------|------------------|-------|----------|--------------|
|         |                               |            |            | Белки            | Жиры  | Углеводы | Калорийность |
| ТТК65(  | Салат из капусты белокачанной | 0,150      | 7,26       | 2,31             | 4,62  | 9,5      | 90,32        |
| 457(200 | чай с сахаром                 | 0,200      | 1,03       | 0,2              | 0,051 | 10,02    | 41,3         |
| 586(030 | Печенье молочное              | 0,030      | 4,02       | 1,74             | 8,85  | 17,55    | 149,4        |
| Итого   |                               |            | 12,32      |                  |       |          |              |

**ХЛЕБ**

| № рец.          | Наименование блюд                        | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|-----------------|------------------------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|                 |                                          |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| X(30/30/<br>40) | Хлеб (батон 30, хлеб пш.30, хлеб бел.40) | 0,100      | 12,02      | 7,49             | 1,55 | 49,7     | 244,3        |
| Итого           |                                          |            | 12,02      |                  |      |          |              |
| Итого по группе |                                          |            | 126,09     |                  |      |          |              |

Зав. столовой \_\_\_\_\_

Экономист \_\_\_\_\_

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

