

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ д/с  
"Ёлочка"

Буторина Н.В.

## МЕНЮ

на 30.09.2025 г.

по столовой МАДОУ д/с "Ёлочка"

### Д/с Ёлочка

#### ЗАВТРАК

| № рец.  | Наименование блюд    | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |          |          |              |
|---------|----------------------|------------|------------|------------------|----------|----------|--------------|
|         |                      |            |            | Белки            | Жиры     | Углеводы | Калорийность |
| 279     | Запеканка из творога | 0,150      | 56,92      | 28,30241         | 20,79251 | 23,97617 | 400,83       |
| 457(200 | чай с сахаром        | 0,200      | 1,03       | 0,2              | 0,051    | 10,02    | 41,3         |
| МС(030  | Молоко сгущенное     | 0,030      | 8,84       | 0,9              | 1,5      | 1,44     | 22,53        |
| Итого   |                      |            | 66,80      |                  |          |          |              |

#### ЗАВТРАК 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| К(120) | Кефир             | 0,120      | 14,05      | 3,48             | 3    | 9,79     | 83,55        |
| Итого  |                   |            | 14,05      |                  |      |          |              |

#### ОБЕД

| № рец.      | Наименование блюд                                               | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |        |          |              |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|------------|------------|------------------|--------|----------|--------------|
|             |                                                                 |            |            | Белки            | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
| 256(110     | Макаронные изделия отварные                                     | 0,110      | 5,74       | 4,26             | 3,98   | 26,09    | 156,99       |
| 419(030     | Соус томатный                                                   | 0,030      | 2,22       | 0,3825           | 1,1    | 2,45     | 21,53        |
| Ё308(07     | Котлеты рыбные любительские                                     | 0,070      | 16,08      | 10,15            | 3,88   | 4,27     | 93,05        |
| Ё100/2(180) | Рассольник Ленинградский (хлопья овсяные)(бульон ТК №89 (112,5) | 0,180      | 16,99      | 4,9074           | 6,9018 | 10,3462  | 123,5        |
| ТТК486      | компот из свежих яблок                                          | 0,180      | 4,15       | 0,072            | 0,072  | 10,75    | 44,37        |
| Итого       |                                                                 |            | 45,17      |                  |        |          |              |

#### УПЛОТН.ПОЛДНИК

| № рец.      | Наименование блюд                          | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |         |          |              |
|-------------|--------------------------------------------|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
|             |                                            |            |            | Белки            | Жиры    | Углеводы | Калорийность |
| Ё176/1(150) | Рагу из овощей с молочным соусом (ТК №402) | 0,150      | 11,46      | 3,464            | 4,57823 | 17,75325 | 124,99       |
| 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       |                                            |            | 16,51      |                  |         |          |              |

#### ХЛЕБ

| № рец.          | Наименование блюд                        | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|-----------------|------------------------------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|                 |                                          |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| Х(30/30/40)     | 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 |                                          |            | 154,56     |                  |      |          |              |

Зав. столовой

Экономист

Ответственный по питанию

\_\_\_\_\_