



Заведующая МОУ детского сада № 3

*В. В. Белокопы*

(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 19.09 2022 г.

День 1	Выход г	Белк и, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
Суп молочный с крупой (рисовый) с маслом	150/5	3,5	6,1	12,7	125,7	ТТК № 107
Чай с молоком или сливками	150	2,6	2,3	8,5	65,4	№ 394
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
<b>Итого:</b>		<b>9,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42,7</b>	<b>301,8</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>						
Сок яблочный	150	0,8	0,2	14,7	62,6	№ 399
<b>Итого:</b>		<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>	-
<b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>						
Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	-
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,8	1,8	12,1	70,9	ТТК № 88
Котлета, рубленая из птицы	50	6,1	8,0	8,1	109,6	ТТК № 62
Пюре картофельное	110	2,3	3,3	15,6	104,9	№ 321
Компот из сушеных фруктов	150	0	0	11,6	46,5	№ 376
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
<b>Итого:</b>		<b>13,6</b>	<b>16,1</b>	<b>68,2</b>	<b>455,8</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Жаркое по-домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК № 7
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом	180/10	0,1	0	9,8	39,4	№ 392
Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,5	35,5	-
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
<b>Итого:</b>		<b>23,1</b>	<b>20,7</b>	<b>61,8</b>	<b>529,5</b>	-
<b>Итого за 1 день:</b>		<b>46,9</b>	<b>46,8</b>	<b>187,4</b>	<b>1349,7</b>	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра:



*R*



Заведующая МОУ детского сада № 3

*В.В. Белокош*

(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на *20.09* 2022 г.

День 2	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
Морковь отварная	30	0,4	0	2,1	10,5	-
Омлет натуральный	130	8,1	8,4	6,5	180,3	ТТК № 72
Молоко кипяченое	150	4,3	3,7	7,0	78,6	№ 400
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
<b>Итого:</b>		<b>15,8</b>	<b>13,3</b>	<b>36,2</b>	<b>374,2</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>						
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	№ 368
<b>Итого:</b>		<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,3</b>	<b>68,4</b>	-
<b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>						
Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5	№ 33
Суп картофельный с крупой	150	1,3	1,7	10,1	60,9	ТТК № 44
Голубцы ленивые	120/15	7,6	10,4	11,3	177,2	ТТК № 75
Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,1	0	21,1	84,8	№ 383
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2	-
<b>Итого:</b>		<b>12,6</b>	<b>14,4</b>	<b>66,0</b>	<b>452,4</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Пудинг из творога с яблоками	130	17,8	15,7	16,9	292,8	ТТК № 157
Соус молочный	50	1,0	2,5	3,5	43,9	№ 350
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	11,4	80,3	№ 395
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
<b>Итого:</b>		<b>16,4</b>	<b>15,7</b>	<b>55,5</b>	<b>403,0</b>	-
<b>Итого за 2 день:</b>		<b>45,4</b>	<b>44,0</b>	<b>172,0</b>	<b>1298,0</b>	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра: *[Signature]*







Заведующая: МОУ детского сада № 3

*В.В. Белокопы*

(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на *22.09*

2022 г.

День 4	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
Суп молочный с крупой (гречневой)	150	4,4	4,1	12,5	106,5	ТТК № 106
Чай с молоком или сливками	150	2,6	2,3	8,5	65,4	№ 394
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0	-
Сыр (порциями)	5	1,2	1,5	0	17,7	№7
<b>Итого:</b>		<b>12,0</b>	<b>9,4</b>	<b>46,7</b>	<b>320,6</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>						
Фрукты свежие (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	№368
<b>Итого:</b>		<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,3</b>	<b>68,4</b>	-
<b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>						
Помидоры свежие	30	0,3	0,1	1,1	7,2	-
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,1	3,0	5,3	52,9	ТТК № 47
Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК № 67
Компот из сушеных фруктов	150	0	0	11,6	46,5	№ 376
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
<b>Итого:</b>		<b>13,6</b>	<b>19,2</b>	<b>63,0</b>	<b>439,3</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Запеканка из макарон с творогом	130	7,4	7,5	32,6	194,0	ТТК № 150
Соус молочный (сладкий)	20	0,4	0,8	2,3	17,4	№ 351
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150	4,3	3,7	5,8	77,1	№ 401
Булочка Веснушка	50	4,0	3,0	29,6	160,9	№ 473
<b>Итого:</b>		<b>16,1</b>	<b>15,0</b>	<b>70,3</b>	<b>449,4</b>	-
<b>Итого за 4 день:</b>		<b>42,3</b>	<b>44,2</b>	<b>194,3</b>	<b>1277,7</b>	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра:

*R*



