



Заведующая МОУ детского сада № 3

В. В. Белокопы

(ФИО заведующего)

МЕНЮ

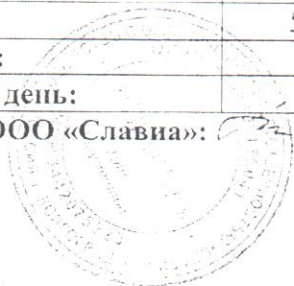
на *03.10* 2022 г.

День 11	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Суп молочный с крупой (рисовой)	180	4,3	4,4	15,0	118,0	ТТК № 107
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,2	15,4	92,9	№ 395
Бутерброд с маслом	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7	№ 1
Итого:		9,9	14,1	48,1	368,6	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 368
Итого:		0,8	0,8	19,0	91,2	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0	-
Суп картофельный	180	1,8	2,0	13,9	81,5	ТТК № 87
Макаронник с мясом или печенью (печень)	150	15,1	7,9	31,5	276,4	ТТК № 64
Соус томатный	30	0,4	1,4	2,0	24,5	№ 348
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	№ 372
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Итого:		23,6	12,0	105,8	648,2	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Икра свекольная или морковная (морковная)	50	1,1	2,4	5,6	49,9	№ 54
Биточки «Кузина Забава»	70	8,6	15,8	8,7	211,7	ТТК № 33
Соус, сметанный с томатом	50	0,9	1,8	3,6	40,5	№ 355
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 393
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,2	17,6	82,9	-
Булочка Ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Итого:		17,6	24,1	74,4	594,0	-
Итого за 11 день:		51,9	51,0	247,3	1702,0	-

Директор ООО «Славия»: *[Signature]*

Шеф-повар: *[Signature]*

Медсестра: *[Signature]*





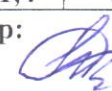
Заведующая МОУ детского сада № 3
В. В. Белоконов
 (ФИО заведующего)


МЕНЮ

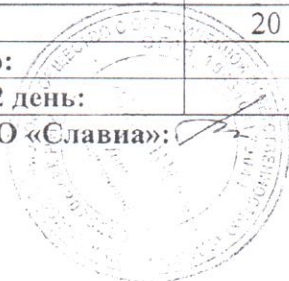
на 04.10 2022 г.

День 12	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (манная)	180/5	7,3	4,2	30,9	189,4	ТТК № 83
Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3	№ 400
Яйца вареные	45	5,5	5,0	0,3	68,6	№ 213
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	-
Итого:		19,3	14,2	49,8	404,7	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Яблоки, фаршированные изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137,0	№ 388
Итого:		0,7	0,5	31,9	137,0	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6	№ 33
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,3	3,6	6,4	64,5	ТТК № 47
Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	11,7	11,0	198,2	ТТК № 61
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,7	31,9	203,0	№ 166
Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	№ 383
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Итого:		24,0	23,3	100,3	715,9	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Запеканка рисовая	150	5,7	4,5	42,3	235,5	ТТК № 153
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	1,8	5,6	43,7	№ 351
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	200	5,6	4,9	7,8	102,8	№ 401
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	-
Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	-
Итого:		15,9	13,4	85,2	534,3	-
Итого за 12 день:		59,9	51,4	267,2	1791,9	-

Директор ООО «Славна»: 

Шеф-повар: 

Медсестра: 





Заведующая МОУ детского сада № 3

Е. В. Белокош

(ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 05.10

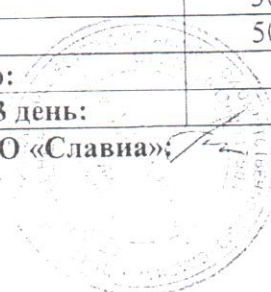
2022 г.

День 13	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каш жидкая (пшеничная)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК № 105
Чай с молоком или сливками	180	2,7	2,3	14,0	87,6	№ 394
Бутерброд с джемом или повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	№ 2
Итого:		13,3	10,2	77,1	457,7	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	№ 399
Итого:		0,9	0,2	17,7	75,1	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	1,3	7,0	-
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,1	2,0	14,5	85,0	ТТК № 88
Тефтели мясные(1 вариант)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК № 65
Капуста тушеная	130	2,9	4,9	12,5	106,9	№ 336
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	№ 376
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	-
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Итого:		21,2	20,0	88,7	630,4	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК № 74
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	3,2	4,7	18,3	134,2	№ 151
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Булочка Осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1	№ 478
Итого:		20,9	16,8	73,1	536,3	-
Итого за 13 день:		56,3	47,2	256,6	1699,5	

Директор ООО «Славия» *[подпись]*

Шеф-повар: *[подпись]*

Медсестра: *[подпись]*





Заведующая МОУ детского сада № 3

Е.В. Белокося

(ФИО заведующего)

МЕНЮ

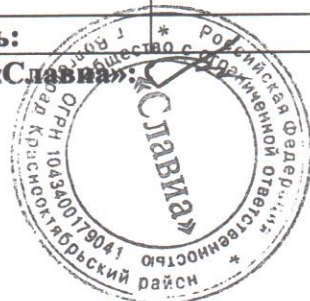
на 06.10 2022 г.

День 14	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	-
Макароны, запеченные с яйцом	150	7,3	9,3	29,3	235,6	ТТК № 155
Какао с молоком	200	3,9	3,3	16,7	113,2	№ 397
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	-
Итого:		13,7	17,7	60,2	460,7	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок яблочно-виноградный, Сок яблочно-абрикосовый	180	0,9	0,2	17,7	75,1	№ 399
Итого:		0,9	0,2	17,7	75,1	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0	-
Борщ с капустой и картофелем на М/Б	180	2,0	3,7	8,8	78,5	ТТК № 28/1
Жаркое по-домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК № 7
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	№ 372
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Итого:		23,3	20,9	65,4	550,6	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Фрикадельки «Вкусняшка»	140	19,6	29,0	19,6	418,3	ТТК № 32
Соус, сметанный с томатом	50	0,9	1,8	3,6	40,5	№ 355
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3	№ 398
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Итого:		27,5	35,2	85,3	785,4	-
Итого за 14 день:		65,4	74,0	228,6	1871,8	

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра:





Заведующая МОУ детского сада № 3

С. В. Белокосяк

(ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 04.10 2022 г.

День 15	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Суп молочный с крупой (гречневой)	180	5,3 ⁹	4,8	15,1	125,3	ТТК № 106
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1	№ 395
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Сыр порциями	10	2,2	2,9	0,0	35,3	№7
Итого:		13,6	11,3	52,8	368,5	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Яблоки, фаршированные изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137,0	№ 388
Итого:		0,7	0,5	31,9	137,0	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	-
Суп картофельный с крупой на к/б	180	2,2	1,9	12,9	78,0	ТТК № 44/1
Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК № 66
Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	№ 383
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Итого:		22,5	20,5	88,1	629,6	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4	ТТК № 75
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 393
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Булочка осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1	№ 478
Итого:		18,8	17,8	63,9	499,2	-
Итого за 15 день:		55,6	50,1	236,7	1634,3	-

Директор ООО «Славна»:

Шеф-повар:

Медсестра:

