



Заведующая МОУ детского сада № 3  
*Васильева Н.В.*  
 (ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 10.10 2022 г.

День 16	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>						
Огурец свежий	30	0,2	0	0,8	4,2	-
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	150	1,7	3,0	5,9	57,7	ТТК № 47/1
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>14,1</b>	<b>19,1</b>	<b>63,3</b>	<b>441,1</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Суфле из рыбы	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК № 74
Рагу овощное (3 вариант)	110	2,0	4,3	10,8	97,7	№ 344
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом	150/8	0	0	7,9	31,4	№ 392
Булочка осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1	№ 478
<b>Итого:</b>		<b>13,5</b>	<b>17,9</b>	<b>57,6</b>	<b>418,3</b>	-
<b>Итого за 16 день</b>		<b>44,0</b>	<b>50,9</b>	<b>171,4</b>	<b>1302,0</b>	-

Директор ООО «Славия» *А.А. А.*

Шеф-повар:

Медсестра: *h*





Заведующая МОУ детского сада № 3

(подпись)

(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

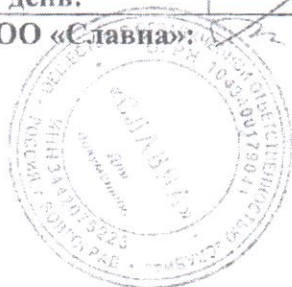
на 11.10 2022 г.

День 17	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 (рисовой)	150	3,5	3,9	12,3	100,8	ТТК № 107
Чай с молоком или сливками	150	2,6	2,3	11,2	76,2	№ 394
Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9	-
Сыр (порциями)	5	1,2	1,5	0	17,7	№ 7
<b>Итого:</b>		<b>10,7</b>	<b>9,0</b>	<b>46,6</b>	<b>312,6</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>						
Сок яблочно-виноградный	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>						
Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5	№ 33
Борщ	150	0,9	2,9	5,4	51,8	ТТК № 200
Фрикадельки мясные в соусе	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК № 60
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1	№ 205
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	-
<b>Итого:</b>		<b>15,1</b>	<b>19,2</b>	<b>79,4</b>	<b>527,2</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Запеканка из творога	130	15,3	10,5	23,9	321,9	ТТК № 151
Соус молочный	30	0,6	1,6	2,2	26,9	№ 350
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150	4,3	3,7	5,8	77,1	№ 401
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
<b>Итого:</b>		<b>21,7</b>	<b>15,9</b>	<b>41,9</b>	<b>473,3</b>	-
<b>Итого за 17 день:</b>		<b>48,3</b>	<b>44,3</b>	<b>182,6</b>	<b>1375,7</b>	-

Директор ООО «Славия»:

Шеф-повар:

Медсестра:





Заведующая МОУ детского сада № 3  
*Н.В. Волосыла*  
(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 12.10 2022 г.

День 18	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
Каша жидкая (геркулесовая)	150	6,4	4,6	22,9	159,2	ТТК № 104
Какао с молоком	160	3,1	2,6	9,1	73,3	№ 397
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
<b>Итого:</b>		<b>12,5</b>	<b>8,4</b>	<b>52,6</b>	<b>337,3</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	-
Суп картофельный	150	1,6	2,2	11,7	72,7	ТТК № 87
Тефтели мясные (1-й вариант)	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9	ТТК № 65
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	110	5,7	6,4	26,3	191,4	№ 166
Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8	№ 372
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
<b>Итого:</b>		<b>15,6</b>	<b>16,8</b>	<b>80,2</b>	<b>527,8</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Биточки «Кузина забава»	50	6,1	16,3	6,2	151,2	ТТК № 33
Пюре картофельное	110	2,3	3,4	15,7	106,3	№ 321
Напиток из плодов шиповника	150	0,5	0,2	14,8	72,2	№ 398
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2	-
Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	-
<b>Итого:</b>		<b>12,3</b>	<b>22,1</b>	<b>64,1</b>	<b>472,3</b>	-
<b>Итого за 18 день:</b>		<b>41,0</b>	<b>47,9</b>	<b>211,2</b>	<b>1405,8</b>	-

Директор ООО «Славия»:



Шеф-повар:

Медсестра:



Заведующая МОУ детского сада № 3  
*Н.В. Васильева*  
 (Ф.И.О. заведующего)

## МЕНЮ

на 13.10 2022 г.

День 19	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 макаронными изделиями	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК № 85
Чай с лимоном	150/7/3	0,1	0	7,0	29,0	№ 393
Яйца вареные	45	5,5	5,0	0,3	68,6	№ 213
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
<b>Итого:</b>		<b>12,2</b>	<b>9,7</b>	<b>37,5</b>	<b>288,8</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>						
Огурец свежий	30	0,2	0	0,8	4,2	-
Суп картофельный с крупой	150	1,3	1,7	10,1	60,9	ТТК № 44
Котлеты, биточки, шницели рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК № 61
Рагу овощное (3 вариант)	110	2,0	4,3	10,8	97,7	№ 344
Компот из сушеных фруктов	150	0	0	11,6	46,5	№ 376
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
<b>Итого:</b>		<b>13,9</b>	<b>15,0</b>	<b>75,4</b>	<b>483,2</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Пудинг из творога (запеченный)	130	12,1	13,9	31,0	339,4	ТТК № 156
Соус молочный	40	0,8	2,1	2,7	34,4	№ 350
Молоко кипяченое	150	4,3	3,7	7,0	78,6	№ 400
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	-
<b>Итого:</b>		<b>19,4</b>	<b>19,9</b>	<b>55,3</b>	<b>521,3</b>	-
<b>Итого за 19 день:</b>		<b>46,3</b>	<b>44,8</b>	<b>182,9</b>	<b>1355,9</b>	-

Директор ООО «Славия»: *[подпись]*

Шеф-повар: *[подпись]*

Медсестра: *[подпись]*





Заведующая МОУ детского сада № 3

*Васильева Н. В. Васильева*

(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 14.10 2022 г.

День 20	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
Каша жидкая (пшеничная)	150	7,0	3,5	29,6	177,3	ТТК № 105
Кофейный напиток с молоком	160	2,4	1,9	9,1	64,2	№ 395
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Сыр порциями	5	1,2	1,5	0	17,7	№ 7
<b>Итого:</b>		<b>13,6</b>	<b>8,1</b>	<b>59,3</b>	<b>364,0</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>						
Сок яблочно-виноградный	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	-
Борщ с капустой и картофелем	150	1,0	2,9	7,0	58,9	ТТК № 28
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	130	6,6	12,9	18,9	177,8	ТТК № 79
Соус молочный	15	0,3	0,9	1,2	14,2	№ 350
Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,1	0	21,1	84,8	№ 374
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2	-
<b>Итого:</b>		<b>13,1</b>	<b>20,0</b>	<b>80,0</b>	<b>512,2</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Помидоры свежие	30	0,3	0,1	1,1	7,2	-
Сиченики «Рябушка»	100	6,75	10,3	17,6	209,6	ТТК № 59
Соус, сметанный с томатом	30	0,5	1,1	2,3	24,4	№ 355
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	150/8	0	0	7,9	31,4	№ 392
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	-
<b>Итого:</b>		<b>10,55</b>	<b>13,6</b>	<b>53,8</b>	<b>403,4</b>	-
<b>Итого за 20 день:</b>		<b>38,05</b>	<b>41,9</b>	<b>207,8</b>	<b>1342,2</b>	-

Директор ООО «Славия»: *[Signature]*

Шеф-повар: *[Signature]*

Медсестра: *[Signature]*

