



Заведующая МОУ детского сада № 3

Волынец Н.В. Волынец
(подпись) (ФИО заведующего)

МЕНЮ

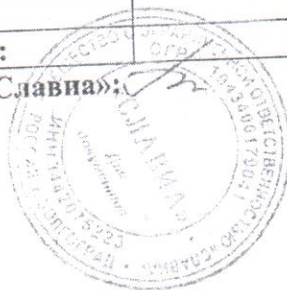
на 10.10 2022 г.

День 16	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	4,8	15,1	125,3	ТТК № 106
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1	№ 395
Бутерброд с джемом или повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	№ 2
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	-
Итого:		12,2	11,5	69,9	437,5	-
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						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	1,3	7,0	-
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК № 47/1
Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК № 67
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	№ 376
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Итого:		33,9	35,3	63,9	713,2	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК № 74
Рагу овощное (3 вариант)	150	2,8	5,9	14,9	134,6	№ 344
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	-
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Итого:		21,9	16,6	76,8	558,6	-
Итого за 16 день:		68,8	64,2	229,6	1800,5	-

Директор ООО «Славна»:

Шеф-повар:

Медсестра:



[Handwritten signature]



Заведующая МОУ детского сада № 3

(роспись)

(ФИО заведующего)

МЕНЮна 11.10 2022 г.

День 17	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
Чай с молоком или сливками	180	2,7	2,3	14,0	87,6	№ 394
Бутерброд с сыром	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6	№ 3
Итого:		11,4	13,4	43,6	347,2	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок яблочно-виноградный	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						
Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1	№ 20
Борщ со сметаной	180/5	1,3	4,3	7,1	75,4	ТТК № 200
Фрикадельки мясные в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3	ТТК № 60
Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4	№ 205
Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	№ 383
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Итого:		21,2	24,6	93,7	695,4	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Запеканка из творога	150	26,8	18,1	25,8	386,0	ТТК № 151
Соус молочный	60	1,3	3,1	4,2	52,7	№ 350
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	200	5,6	4,9	7,8	102,8	№ 401
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Итого:		36,7	27,3	58,4	646,3	-
Итого за 17 день:		70,2	65,5	213,4	1764,0	-

Директор ООО «Славия»:

Шеф-повар:

Медсестра:



ИО Заведующая МОУ детского сада № 3
Василь Н. В. Васильева
 (роспись) (ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 18.10 2022 г.

День 18	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (геркулесовая)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК № 104
Какао с молоком	180	3,6	3,0	15,0	101,9	№ 397
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	№ 7
Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5	-
Итого:		15,6	12,2	56,4	399,5	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	180	0,7	0,7	17,1	82,1	№ 368
Итого:		0,7	0,7	17,1	82,1	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0	-
Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	4,1	3,8	13,6	106,1	ТТК № 87
Тефтели мясные (1-й вариант)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК № 65
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	130	7,0	4,7	31,9	203,0	№ 166
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	№ 372
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	-
Итого:		24,1	21,4	92,0	673,6	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Биточки «Кузина забава»	70	8,6	15,8	8,7	211,7	ТТК № 33
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4	№ 321
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3	№ 398
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
Булочка «Осенняя»	50	3,5	5,3	26,8	169,1	№478
Итого:		17,7	25,5	87,2	664,5	-
Итого за 18 день:		58,1	59,8	252,7	1819,7	-

Директор ООО «Славна»:

Шеф-повар:

Медсестра:



[Handwritten signature]



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

МЕНЮ

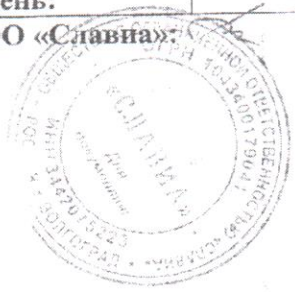
на 13.10 2022 г.

День 19	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК № 85
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 393
Бутерброд с сыром	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	№ 3
Итого:		11,8	12,4	47,0	355,1	-
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 крупой	180	1,6	1,9	12,2	73,0	ТТК № 44
Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	11,7	11,0	198,2	ТТК № 61
Рагу овощное 3(вариант)	130	2,4	5,1	12,9	116,8	№ 344
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	№ 376
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Итого:		20,1	19,3	77,7	577,9	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Пудинг из творога (запеченный)	150	23,3	16,0	34,7	385,1	ТТК № 156
Соус молочный	50	1,0	2,5	3,6	44,4	№ 350
Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8	№ 400
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0	-
Итого:		33,7	24,9	73,3	665,3	-
Итого за 19 день:		66,5	56,8	215,7	1673,4	-

Директор ООО «Славия»:

Шеф-повар:

Медсестра: *R*





И.О. Заведующая МОУ детского сада № 3
Воссева Н. В. Воссева
(роспись) (ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 14.10 2022 г.

День 20	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (пшеничная)	150	7,0	3,5	29,3	176,4	ТТК № 105
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1	№ 395
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0	-
Итого:		13,9	7,4	72,1	410,5	-
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						
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	-
Борщ с капустой и картофелем	180	1,4	3,6	8,8	74,3	ТТК № 28
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК № 79
Соус молочный	50	1,0	2,7	3,9	47,2	№ 350
Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	№ 383
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	-
Итого:		18,3	18,2	99,2	649,9	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0	-
Сиченики «Рябушка»	120	16,1	23,4	19,1	351,5	ТТК № 59
Соус, сметанный с томатом	50	0,9	1,8	3,6	40,5	№ 355
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	-
Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125,1	-
Итого:		22,3	28,3	71,1	634,3	-
Итого за 20 день:		55,3	54,7	261,4	1785,9	-

Директор ООО «Славия»:

Шеф-повар:

Медсестра:



h