



МОУ детского сада № 3

Н. В. Васильева

(ФИО заведующего)

МЕНЮ

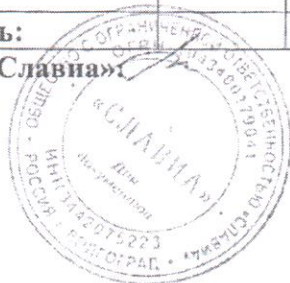
на 17.10 2022 г.

День 1	Выход г	Белк и, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
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	-
Итого:		9,4	9,8	42,7	301,8	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Сок яблочный	150	0,8	0,2	14,7	62,6	№ 399
Итого:		0,8	0,2	14,7	62,6	-
Обед для детей от 1 до 3 лет						
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	-
Итого:		13,6	16,1	68,2	455,8	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
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
Итого:		23,1	20,7	61,8	529,5	-
Итого за 1 день:		46,9	46,8	187,4	1349,7	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра:





Заведующая МОУ детского сада № 3
Н. П. Волосинина
 (подпись) (ФИО заведующего)

МЕНЮ

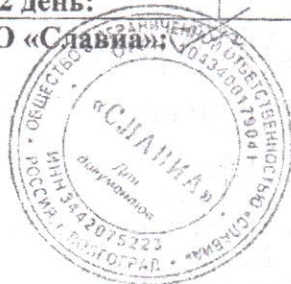
на 18.10. 2022 г.

День 2	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
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	-
Итого:		15,8	13,3	36,2	374,2	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	№ 368
Итого:		0,6	0,6	14,3	68,4	-
Обед для детей от 1 до 3 лет						
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	-
Итого:		12,6	14,4	66,0	452,4	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
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	-
Итого:		16,4	15,7	55,5	403,0	-
Итого за 2 день:		45,4	44,0	172,0	1298,0	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра:



h



42
 Заведующая МОУ детского сада № 3
 Н.В. Власова
 (ФИО заведующего)

МЕНЮ

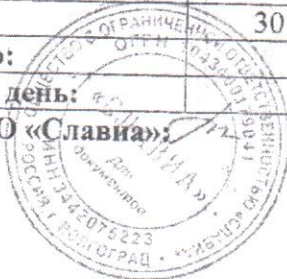
на 19 10 2022 г.

День 3	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Каша жидкая (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163,0	ТТК № 83
Какао с молоком	150	3,1	2,5	12,3	84,7	№ 397
Яйца вареные	45	5,5	5,0	0,3	68,6	№ 213
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого:		16,2	11,5	49,7	368,7	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Сок яблочно-виноградный	150	0,8	0,2	14,7	62,6	№ 399
Итого:		0,8	0,2	14,7	62,6	-
Обед для детей от 1 до 3 лет						
Огурец свежий	30	0,2	0	0,8	4,2	-
Борщ с капустой и картофелем	150	1,0	2,9	7,1	59,1	ТТК № 28
Котлеты, биточки, шницели рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК № 61
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	110	5,7	6,4	26,3	191,4	№ 166
Соус сметанный	30	0,4	1,2	1,8	23,0	№ 354
Чай с лимоном	150/7/3	0,1	0	7,0	29,0	№ 393
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Итого:		15,0	19,2	66,6	492,4	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Пюре из моркови или свеклы (свекла)	30	0,5	1,1	3,0	25,0	№ 324
Фрикадельки «Вкусняшка»	100	8,1	8,5	14,2	178,4	ТТК № 32
Соус молочный	30	0,6	1,6	2,2	26,9	№ 350
Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8	№ 372
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	-
Итого:		11,5	11,5	51,4	371,0	-
Итого за 3 день:		43,5	42,4	182,5	1294,7	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра:





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

МЕНЮ

на 20.10 2022 г.

День 4	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
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
Итого:		12,0	9,4	46,7	320,6	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Фрукты свежие (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,3	68,4	№368
Итого:		0,6	0,6	14,3	68,4	-
Обед для детей от 1 до 3 лет						
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	-
Итого:		13,6	19,2	63,0	439,3	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
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
Итого:		16,1	15,0	70,3	449,4	-
Итого за 4 день:		42,3	44,2	194,3	1277,7	-

Директор ООО «Славия»:

Шеф-повар:

Медсестра:



[Handwritten signature]

И.о. Заведующая МОУ детского сада № 3
Волосы Н.В. Волосы
 (подпись) (ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 11.10. 2022 г.

День 5	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Каша жидкая (геркулесовая)	150	6,4	4,6	23,4	161,4	ТТК № 104
Молоко кипяченое	150	4,3	3,7	7,0	78,6	№ 400
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0	-
Итого:		14,5	9,8	56,1	371,0	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 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 1 до 3 лет						
Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5	№ 33
Суп картофельный на м/б	150	2,0	2,3	11,7	75,8	ТТК № 87/1
Жаркое по-домашнему	130	9,0	12,5	10,6	174,9	ТТК № 7
Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,1	0	21,1	84,8	№ 383
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	-
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Итого:		15,9	17,1	74,5	500,5	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	-
Котлеты или биточки рыбные запеченные	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК № 77
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	110	2,5	4,2	25,8	156,8	№ 166
Напиток из плодов шиповника	150	0,5	0,2	15,1	73,4	№ 398
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Итого:		10,8	13,0	63,1	401,0	-
Итого за 5 день:		42,1	40,1	211,4	1347,6	-

Директор ООО «Славия»

Шеф-повар:

Медсестра: *h*

