

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.
 (подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

Григорьева Е.В.
 (подпись) (Ф.И.О.)
 МОУ Детский сад № 3
 «Редакция»

МЕНЮ

на 24.07 2023 г.

| День 1 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецепта |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|-----------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Суп молочный с крупой (рисовой) | 180 | 4,3 | 4,4 | 15,0 | 118,0 | ТТК № 1 |
| Чай с молоком или сливками | 200 | 3,0 | 2,5 | 15,6 | 97,3 | № 394 |
| Бутерброд с маслом | 30/10 | 2,4 | 7,5 | 15,2 | 145,8 | № 1 |
| Итого: | 420 | 9,7 | 14,4 | 45,8 | 361,1 | |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | № 395 |
| Итого: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 50 | 0,8 | 2,4 | 4,5 | 44,1 | № 20 |
| Суп с макаронными изделиями на м/б | 180 | 2,7 | 2,1 | 14,5 | 89,2 | ТТК № 1 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 17,8 | 16,7 | 15,6 | 287,3 | ТТК № 1 |
| Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 | № 37 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | - |
| Итого: | 630 | 26,1 | 21,7 | 79,5 | 624,4 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Котлета, рубленая из птицы | 70 | 11,5 | 11,6 | 11,5 | 197,9 | ТТК № 1 |
| Пюре картофельное | 130 | 2,7 | 3,9 | 18,5 | 124,4 | № 32 |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | № 39 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | - |
| Булочка ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 46 |
| Итого: | 500 | 22,2 | 19,7 | 93,8 | 647,4 | - |
| Итого за 1 день: | | 59,0 | 56,0 | 238,7 | 1716,3 | - |

Шеф-повар:

Сидорова

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор О.М. Озрокова Озрокова Ю.М.
 (подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

(подпись) Генералова Е.А.
 (Ф.И.О)

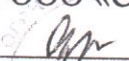
МЕНЮ

на 25.07. 2023 г

| День 2 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептурь |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|-------------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Омлет натуральный | 150 | 15,3 | 18,9 | 2,9 | 249,4 | ТТК № 7 |
| Молоко кипяченое | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | № 400 |
| Батон | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,7 | 131,0 | - |
| Итого: | 400 | 24,7 | 25,3 | 37,9 | 485,2 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Фрукты свежие | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | № 368 |
| Итого: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | - |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Салат из свеклы | 50 | 0,7 | 2,9 | 4,1 | 45,6 | № 33 |
| Суп с крупой на бульоне | 180 | 2,2 | 2,0 | 12,2 | 77,2 | ТТК № 4 |
| Голубцы ленивые | 140/30 | 12,8 | 12,3 | 12,0 | 217,4 | ТТК № 7 |
| 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: | 650 | 20,6 | 17,7 | 84,9 | 590,8 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным | 150/60 | 22,0 | 19,0 | 25,3 | 376,7 | ТТК № 157, 350 |
| Какао с молоком | 200 | 3,9 | 3,3 | 16,7 | 113,2 | № 397 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | - |
| Печенье | 20 | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 | - |
| Итого: | 470 | 30,5 | 24,5 | 77,0 | 668,0 | - |
| Итого за 2 день: | | 76,6 | 68,3 | 218,8 | 1835,2 | - |

Шеф-повар:

(подпись)

Утверждаю ООО «Славия»
Директор  Озрокова Ю.М.

(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 3


(Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 26.07 2023 г.

| День 3 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептур |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Каша жидкая (манная) | 180 | 7,3 | 4,2 | 31,4 | 191,3 | ТТК № 1 |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | № 392 |
| Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | - |
| Яйца вареные | 45 | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | № 213 |
| Итого: | 445 | 14,4 | 9,8 | 51,8 | 351,7 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | № 399 |
| Итого: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | - |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Огурец свежий | 50 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 7,0 | - |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 180/10 | 1,7 | 5,1 | 9,2 | 94,3 | ТТК № 1 |
| Запеканка картофельная с мясом или печенью (говядина) | 150 | 10,0 | 6,8 | 25,3 | 215,8 | ТТК № 1 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | - |
| Хлеб пшеничный | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 647 | 16,4 | 12,5 | 72,5 | 486,4 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Пюре из моркови или свеклы (свекла) | 60 | 1,0 | 1,9 | 6,2 | 47,8 | № 324 |
| Котлеты, биточки, шницели, рубленые с соусом сметанным | 70/30 | 12,0 | 16,4 | 12,7 | 257,0 | ТТК № 1 354 |
| Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) | 130 | 7,0 | 4,8 | 32,0 | 203,0 | № 166 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 | № 372 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,4 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | - |
| Итого: | 530 | 24,5 | 23,6 | 101,0 | 731,6 | - |
| Итого за 3 день | | 56,3 | 46,1 | 244,9 | 1653,1 | - |

Шеф-повар:



Утверждаю ООО «Славия»
Директор Озрокова Ю.М.

(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 3

(подпись)

(Ф.И.О)

МЕНЮ

на 24.07 2023 г.

| День 4 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептур |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|-----------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Суп молочный с крупой (гречневой) | 180 | 5,3 | 4,8 | 15,1 | 125,3 | ТТК № 1 |
| Чай с молоком или сливками | 180 | 2,7 | 2,3 | 14,0 | 87,6 | № 394 |
| Бутерброд с сыром | 40/5/15 | 6,4 | 8,1 | 19,5 | 182,3 | №3 |
| Итого: | 420 | 14,4 | 15,2 | 48,6 | 395,2 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Фрукты свежие | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | №368 |
| Итого: | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | - |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Помидоры свежий | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 14,4 | - |
| Щи из свежей капусты с картофелем на м/б со сметаной | 180/10 | 2,3 | 5,1 | 7,6 | 90,8 | ТТК № 4 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 17,8 | 16,7 | 15,6 | 287,3 | ТТК № |
| Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,5 | 61,9 | №376 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | - |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 660 | 24,9 | 22,3 | 66,8 | 575,7 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Запеканка из творога с соусом молочным (сладким) | 150/50 | 27,7 | 19,9 | 31,4 | 429,7 | ТТК № 151/35 |
| Кисломолочный напиток | 200 | 5,6 | 4,9 | 7,8 | 102,8 | № 401 |
| Булочка Веснушка | 50 | 4,0 | 3,0 | 29,6 | 160,9 | № 473 |
| Итого: | 450 | 37,3 | 27,8 | 68,8 | 693,4 | - |
| Итого за 4 день: | | 77,4 | 66,2 | 204,1 | 1761,8 | - |

Шеф-повар:



Утверждаю ООО «Славия»

Директор Озрокова Ю.М.

(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 3

(подпись)

МОУ
детский сад
№ 3

(Ф.И.О)

Бессонова Е.В.

МЕНЮ

на 28.07 2023 г.

| День 5 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | Энергетичес кая ценность (ккал) | № рецептур |
|--|------------|-------------|-------------|--------------------|--|------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Каша жидкая (геркулесовая) | 180 | 7,8 | 5,5 | 29,0 | 197,6 | ТТК № 10 |
| 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 |
| Итого: | 435 | 13,2 | 11,6 | 73,5 | 457,4 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Сок фруктовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | № 399 |
| Итого: | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 | - |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 50 | 0,8 | 2,4 | 4,5 | 44,1 | № 20 |
| Суп картофельный на м/б | 180 | 2,3 | 2,1 | 13,9 | 85,2 | ТТК № 87 |
| Плов из птицы | 150 | 28,9 | 31,2 | 24,8 | 499,1 | ТТК № 67 |
| 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: | 630 | 36,9 | 36,2 | 99,8 | 879,0 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Икра кабачковая консервированная | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,5 | - |
| Котлеты или биточки рыбные запеченные | 70 | 9,5 | 6,9 | 6,8 | 135,8 | ТТК № 77 |
| Картофель, запеченный в сметанном соусе | 130 | 2,8 | 4,1 | 15,9 | 116,8 | № 151 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,6 | 0,3 | 18,1 | 88,3 | № 398 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | - |
| Итого: | 470 | 17,0 | 16,0 | 64,8 | 495,1 | - |
| Итого за 5 день | | 68,1 | 64,0 | 257,7 | 1914,9 | - |

Шеф-повар:

