


Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 21.08 2023 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) | 160 | 3,8 | 4,2 | 13,6 | 131,6 | ТТК № 107/1 |
| Чай с молоком или сливками | 150 | 2,6 | 2,3 | 11,2 | 76,2 | № 394 |
| Батон | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | - |
| Итого: | 350 | 9,4 | 7,7 | 45,4 | 312,6 | - |
| Завтрак II для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Сок фруктовый | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | № 399 |
| Итого: | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | - |
| Обед для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Икра кабачковая консервированная | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 | - |
| Суп с макаронными изделиями на м/б | 150 | 2,3 | 1,9 | 12,1 | 74,2 | ТТК № 88 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 17,8 | 16,7 | 15,6 | 287,3 | ТТК № 7 |
| 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: | 520 | 23,5 | 21,6 | 60,1 | 531,9 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Котлеты, рубленые 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 |
| 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: | 415 | 13,7 | 15,3 | 69,9 | 456,7 | - |
| Итого за 1 день: | | 47,5 | 44,8 | 193,1 | 1376,3 | - |

Шеф-повар: 

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 22.08 2023 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: | 350 | 15,8 | 13,3 | 36,2 | 374,2 | - |
| Завтрак II для детей от 1 до 3 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 1 до 3 лет | | | | | | |
| Салат из свеклы | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 | № 33 |
| Суп с крупой на бульоне | 150 | 1,8 | 1,8 | 10,1 | 64,2 | 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: | 510 | 13,1 | 14,5 | 66,0 | 455,7 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Пудинг из творога с яблоками с соусом молочным | 130/60 | 12,0 | 13,9 | 35,1 | 285,5 | ТТК № 157, 350 |
| Какао с молоком | 180 | 3,6 | 3,0 | 15,0 | 101,9 | № 397 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | - |
| Итого: | 400 | 17,8 | 17,1 | 64,7 | 456,3 | - |
| Итого за 2 день: | | 47,5 | 45,7 | 185,9 | 1377,4 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озрокова Ю.М



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 23.08 2023 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 |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 | № 392 |
| Яйца вареные | 45 | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | № 213 |
| Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | |
| Итого: | 405 | 13,2 | 9,0 | 47,2 | 323,4 | - |
| Завтрак II для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Сок фруктовый | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | № 399 |
| Итого: | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | - |
| Обед для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Огурец свежие | 30 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | - |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 150/10 | 1,5 | 5,0 | 7,5 | 90,0 | ТТК № 28 |
| Запеканка картофельная с мясом или печенью (говядина) | 150 | 10,0 | 6,8 | 25,3 | 215,8 | ТТК № 79 |
| Чай с лимоном | 150/7/3,5 | 0,1 | 0 | 7,0 | 29,0 | № 393 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | - |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10,0 | 47,4 | - |
| Итого: | 540 | 14,6 | 12,1 | 59,1 | 427,2 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Пюре из моркови или свеклы (свекла) | 40 | 0,6 | 1,4 | 4,0 | 33,4 | № 324 |
| Котлеты, биточки, шницели рубленные с соусом сметанным | 50/30 | 6,7 | 9,7 | 16,9 | 167,9 | ТТК № 61, 354 |
| Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) | 110 | 5,7 | 6,4 | 26,3 | 191,4 | № 166 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,8 | 86,1 | № 372 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | - |
| Итого: | 440 | 15,3 | 17,8 | 82,6 | 547,7 | - |
| Итого за 3 день: | | 44,0 | 39,1 | 206,6 | 1373,46 | - |

Шеф-повар:



Утверждаю **ООО «Славия»**
 Директор **Озрокова Ю.М**



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 29.08 2023 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 | 11,2 | 76,2 | № 394 |
| Батон | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 | - |
| Сыр (порциями) | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 | №7 |
| Итого: | 355 | 12,0 | 9,4 | 49,4 | 331,4 | - |
| Завтрак II для детей от 1 до 3 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 1 до 3 лет | | | | | | |
| Помидоры свежий | 30 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 7,2 | - |
| Щи из свежей капусты с картофелем на м/б со сметаной | 150/10 | 1,9 | 4,6 | 5,7 | 76,8 | ТТК № 47 |
| Жаркое по-домашнему | 130 | 15,4 | 14,5 | 13,5 | 249,0 | |
| Компот из сушеных фруктов | 150 | 0 | 0 | 11,6 | 46,5 | № 376 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 10,0 | 47,4 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 | - |
| Итого: | 510 | 20,4 | 19,5 | 50,4 | 467,7 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Запеканка из творога с соусом молочным (сладкий) | 130/40 | 16,0 | 12,0 | 28,3 | 357,1 | ТТК № 151,351 |
| Кисломолочный напиток | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | № 401 |
| Булочка Веснушка | 50 | 4,0 | 3,0 | 29,6 | 160,9 | № 473 |
| Итого: | 400 | 25,1 | 19,4 | 64,9 | 610,5 | - |
| Итого за 4 день: | | 58,33 | 49,1 | 183,7 | 1500,8 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю, ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 25.08 2023 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 | 159,2 | ТТК № 104 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,3 | 1,8 | 11,4 | 71,3 | № 395 |
| Бутерброд с джемом или повидлом | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,4 | 156,7 | № 2 |
| Итого: | 355 | 11,0 | 10,1 | 62,2 | 387,2 | - |
| Завтрак II для детей от 1 до 3 лет | | | | | | |
| Сок фруктовый | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 | № 399 |
| Итого: | 180 | 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 |
| Плов из птицы | 130 | 10,9 | 15,9 | 36,5 | 291,9 | № 67 |
| 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: | 520 | 17,9 | 20,5 | 100,4 | 617,5 | - |
| 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 |
| Картофель, запеченный в сметанном соусе | 120 | 2,4 | 3,8 | 14,6 | 108,9 | № 151 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,6 | 0,2 | 18,1 | 88,3 | № 398 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 68,9 | - |
| Итого: | 410 | 10,7 | 12,6 | 54,4 | 365,9 | - |
| Итого за 5 день: | | 40,5 | 43,4 | 234,7 | 1445,7 | - |

Шеф-повар: