

Утверждаю: ООО «Славия»
 Директор Озорова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 01.07. 2024 г.

| День 11 | 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 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,8 | 2,2 | 15,4 | 92,9 | № 395 |
| Бутерброд с маслом | 35/10 | 2,8 | 7,5 | 17,7 | 157,7 | № 1 |
| Итого: | 405 | 9,9 | 14,1 | 48,1 | 368,6 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 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 свежие | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 | - |
| Суп картофельный на бульоне | 180 | 2,4 | 2,1 | 13,9 | 85,7 | ТТК № 87 |
| Макаронник с мясом или печенью (печень) | 150 | 14,8 | 7,6 | 31,5 | 272,7 | ТТК № 64 |
| Соус томатный | 30 | 0,4 | 1,4 | 2,0 | 24,5 | № 348 |
| Компот их свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 | № 372 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | - |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Итого: | 670 | 23,9 | 11,9 | 106,5 | 653,9 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Икра свекольная или морковная (морковная) | 50 | 1,1 | 2,4 | 5,6 | 49,9 | № 54 |
| Котлета, рубленая из птицы с соусом сметанным с томатом | 70/50 | 12,4 | 13,5 | 15,1 | 238,4 | ТТК № 62, 355 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 4,6 | 21,4 | 143,9 | № 321 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 82,9 | - |
| Булочка Ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 467 |
| Итого: | 602 | 23,6 | 24,6 | 98,6 | 724,1 | - |
| Итого за 11 день: | | 58,2 | 51,4 | 272,2 | 1837,8 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада №




МЕНЮ

на 02.07 2024 г.

| День 12 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Каша жидкая (манная) | 180 | 7,3 | 4,2 | 31,4 | 191,3 | ТТК № 83 |
| Молоко кипяченое | 180 | 5,0 | 4,4 | 8,3 | 94,3 | № 400 |
| Яйца вареные | 45 | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | № 213 |
| Багон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | - |
| Итого: | 425 | 19,3 | 14,2 | 50,3 | 406,6 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Яблоки, фаршированные изюмом | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 | № 388 |
| Итого: | 110 | 0,7 | 0,5 | 31,9 | 137,0 | - |
| Обед для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Салат из свеклы | 60 | 0,8 | 3,5 | 4,9 | 54,6 | № 33 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/10 | 1,7 | 5,5 | 7,5 | 92,3 | ТТК № 47 |
| Котлеты, биточки, шницели рубленные | 80 | 13,3 | 13,4 | 12,6 | 226,5 | ТТК № 61 |
| Каша рассыпчатая с овощами (гречневая) | 150 | 8,1 | 5,6 | 36,9 | 234,4 | № 166 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 200 | 0,1 | 0,0 | 28,4 | 114,0 | № 383 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Итого: | 750 | 27,3 | 28,4 | 111,5 | 823,8 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Пудинг из творога (запеченный) с соусом молочным (сладким) | 150/50 | 24,2 | 17,8 | 40,3 | 428,8 | ТТК № 156, 351 |
| Кефир | 200 | 5,6 | 4,9 | 7,8 | 102,8 | № 401 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | - |
| Печенье | 20 | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 | - |
| Итого: | 450 | 33,6 | 24,9 | 78,1 | 686,0 | - |
| Итого за 12 день: | | 80,9 | 68,0 | 271,8 | 2053,4 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



(Ф.И.О)

МЕНЮ

на 03.07 2024 г.

| День 13 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Каша жидкая (пшеничная) | 180 | 8,3 | 4,2 | 35,7 | 213,4 | ТТК № 105 |
| Чай с молоком или сливками | 180 | 2,7 | 2,3 | 14,0 | 87,6 | № 394 |
| Бутерброд с джемом или повидлом | 30/5/20 | 2,3 | 3,7 | 27,4 | 156,7 | № 2 |
| Итого: | 415 | 13,3 | 10,2 | 77,1 | 457,7 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Сок яблочный | 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 | - |
| Суп с макаронными изделиями на бульоне | 180 | 2,7 | 2,1 | 14,5 | 89,2 | ТТК № 88 |
| Тефтели с соусом (говядина) | 70/30 | 10,3 | 12,4 | 11,0 | 205,3 | ТТК № 65 |
| Капуста тушеная | 130 | 2,9 | 4,9 | 12,5 | 106,9 | № 336 |
| Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 | № 376 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | - |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Итого: | 720 | 21,9 | 20,1 | 89,6 | 637,2 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Суфле из рыбы | 70 | 11,8 | 6,6 | 3,1 | 122,6 | ТТК № 74 |
| Картофель, запеченный в сметанном соусе | 150 | 3,2 | 4,7 | 18,3 | 134,2 | № 151 |
| 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 | - |
| Булочка Осенняя | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | № 478 |
| Итого: | 500 | 20,9 | 16,8 | 73,1 | 536,3 | - |
| Итого за 13 день: | | 57,1 | 47,3 | 259,4 | 1714,6 | |

Шеф-повар:

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



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 01.09 2024 г.

| День 14 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|-------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Икра кабачковая консервированная | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,5 | - |
| Омлет натуральный | 150 | 15,3 | 18,9 | 2,9 | 249,4 | ТТК № 72 |
| 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 | - |
| Итого: | 420 | 17,9 | 24,0 | 26,9 | 400,7 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Сок яблочно-виноградный, яблочно-абрикосовый | 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 | | | | | | |
| Помидоры свежие | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12,0 | - |
| Борщ с капустой и картофелем на М/Б | 180 | 2,0 | 3,7 | 8,8 | 78,5 | ТТК № 28 |
| Голубцы ленивые | 140/30 | 12,8 | 12,3 | 12,0 | 217,4 | ТТК № 75 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 | № 372 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | - |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 640 | 19,6 | 16,7 | 70,3 | 521,5 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Фрикадельки в соусе (говядина) | 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 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,6 | 0,3 | 18,1 | 88,3 | № 398 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | - |
| Булочка ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 467 |
| Итого: | 490 | 23,4 | 21,9 | 101,5 | 718,3 | - |
| Итого за 14 день: | | 61,9 | 62,8 | 218,3 | 1723,9 | |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 05.04 2024 г.

| День 15 | 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 |
| Батон | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | - |
| Сыр порциями | 10 | 2,3 | 3,0 | 0,0 | 36,4 | №7 |
| Итого: | 430 | 13,7 | 11,4 | 52,8 | 369,6 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Фрукты свежие (апельсин) | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | № 371 |
| Итого: | 200 | 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 | - |
| Суп с крупой на к/б | 180 | 2,2 | 1,9 | 12,9 | 78,0 | ТТК № 44 |
| 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 | 37,0 | 38,1 | 98,2 | 887,2 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Котлеты, биточки, шницели рубленые | 70 | 11,6 | 15,2 | 11,0 | 234,5 | ТТК № 61 |
| Рагу овощное (3 вариант) | 150 | 2,8 | 5,9 | 14,9 | 134,6 | № 344 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 15,1 | 71,0 | - |
| Булочка осенняя | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | № 478 |
| Итого: | 497 | 20,4 | 26,6 | 77,8 | 650,9 | - |
| Итого за 15 день: | | 71,9 | 76,9 | 247,8 | 1998,9 | - |

Шеф-повар: