

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



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3




МЕНЮ

на 22.04 2024 г.

| День 6 | 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 кипяченное | 180 | 5,0 | 4,4 | 8,3 | 94,3 | № 400 |
| Батон | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | - |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,3 | 3,0 | 0,0 | 36,4 | № 7 |
| Итого: | 400 | 16,9 | 12,5 | 55,1 | 400,6 | - |
| 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 | | | | | | |
| 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 |
| Голубцы ленивые | 140/50 | 13,2 | 13,1 | 13,4 | 234,4 | ТТК № 75 |
| Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,5 | 61,9 | № 376 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | - |
| Итого: | 720 | 23,4 | 16,0 | 91,0 | 612,9 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Запеканка из творога с морковью с соусом молочным | 150/50 | 19,1 | 18,1 | 39,7 | 404,3 | ТТК №152, 350 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | - |
| Булочка ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 467 |
| Итого: | 467 | 24,9 | 22,1 | 88,3 | 659,3 | - |
| Итого за 6 день: | | 61,2 | 47,0 | 255,1 | 1711,4 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 23.07 2024 г.

| День 7 | 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 | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | - |
| Итого: | 430 | 18,7 | 24,3 | 32,0 | 426,9 | - |
| 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 | - |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180/25 | 6,6 | 6,3 | 12,8 | 134,6 | ТТК № 202 |
| Макаронник с мясом или печенью (печень) с соусом томатным | 150/30 | 15,2 | 9,0 | 33,5 | 297,2 | ТТК № 64, 348 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 | № 372 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 655 | 25,1 | 15,9 | 86,1 | 611,4 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Рыба, запеченная в омлете | 70 | 11,3 | 4,4 | 2,1 | 97,7 | ТТК № 73 |
| Пюре картофельное | 130 | 2,7 | 3,9 | 18,5 | 124,4 | № 321 |
| Чай с молоком или сливками | 200 | 3,0 | 2,5 | 15,6 | 97,3 | № 394 |
| Печенье | 20 | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 | - |
| Батон | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | - |
| Итого: | 450 | 20,8 | 13,7 | 66,5 | 481,4 | |
| Итого за 7 день: | | 65,6 | 54,1 | 204,2 | 1603,1 | |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 24.09 2024 г.

| День 8 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| Завтрак для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Каша жидкая (геркулесовая) | 180 | 7,8 | 5,5 | 29,0 | 197,6 | ТТК № 104 |
| Какао с молоком | 180 | 3,6 | 3,0 | 15,0 | 101,9 | № 397 |
| Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 | - |
| Яйца вареные | 45 | 5,5 | 5,0 | 0,3 | 68,6 | № 213 |
| Итого: | 425 | 18,4 | 14,1 | 54,6 | 420,5 | - |
| 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 | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты | 50 | 0,8 | 2,4 | 4,5 | 44,1 | № 20 |
| Щи из свежей капусты с картофелем на м/б со сметаной | 180/5 | 2,0 | 4,5 | 6,6 | 78,7 | ТТК № 47 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 17,8 | 16,7 | 15,6 | 287,3 | ТТК №7 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 622 | 23,4 | 24 | 53,7 | 533,4 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Тефтели с соусом (говядина) | 70/30 | 10,3 | 12,4 | 11,0 | 205,3 | ТТК № 65 |
| 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 | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | - |
| Булочка осенняя | 50 | 3,5 | 5,3 | 26,8 | 169,1 | № 478 |
| Итого: | 510 | 23,1 | 22,7 | 112,1 | 769,5 | - |
| Итого за 8 день: | | 65,7 | 61,6 | 239,4 | 1814,6 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада №



МЕНЮ

на 25.04 2024 г.

| День 9 | 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 |
| Молоко кипяченое | 180 | 5,0 | 4,4 | 8,3 | 94,3 | № 400 |
| Батон | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | - |
| Сыр порциями | 10 | 2,3 | 3,0 | 0,0 | 36,4 | №7 |
| Итого: | 400 | 17,9 | 12,5 | 59,4 | 422,7 | - |
| 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 | | | | | | |
| Салат из свеклы | 50 | 0,7 | 2,9 | 4,1 | 45,6 | № 33 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 180/10 | 1,7 | 5,1 | 9,2 | 94,9 | ТТК № 28 |
| Запеканка из печени с рисом | 150 | 19,6 | 11,4 | 16,9 | 276,5 | ТТК № 68 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 180 | 0,1 | 0,0 | 25,7 | 102,6 | № 383 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | - |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Итого: | 640 | 26,9 | 19,9 | 86,8 | 667,6 | - |
| 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, 351 |
| Булочка ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 467 |
| Кефир | 200 | 5,6 | 4,9 | 7,8 | 102,8 | № 401 |
| Итого: | 450 | 37,4 | 28,7 | 68,1 | 699,8 | - |
| Итого за 9 день: | | 83,2 | 61,3 | 233,9 | 1873,5 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озеркова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 



МЕНЮ

на 16.07 2024 г.

| День 10 | 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 молоком или сливками | 200 | 3,0 | 2,5 | 15,6 | 97,3 | № 394 |
| Батон | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | - |
| Итого: | 430 | 21,6 | 26,8 | 37,8 | 484,8 | - |
| 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 | | | | | | |
| Огурец свежий | 50 | 0,4 | 0,1 | 1,3 | 7,0 | - |
| Суп с макаронными изделиями на К/Б | 180 | 2,7 | 2,0 | 15,2 | 90,0 | ТТК № 88/1 |
| Птица, тушеная в соусе с овощами | 150 | 14,4 | 13,6 | 14,7 | 241,5 | ТТК № 66 |
| Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,1 | 60,3 | № 376 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | - |
| Итого: | 670 | 23,9 | 16,4 | 88,8 | 600,4 | - |
| Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Котлеты, биточки, шницели рубленые | 70 | 11,6 | 15,2 | 11,0 | 234,5 | ТТК № 61 |
| Капша рассыпчатая с овощами (гречневая) | 150 | 8, | 5,1 | 36,9 | 234,4 | № 166 |
| 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 | - |
| Итого: | 450 | 22,1 | 21,0 | 72,8 | 579,3 | - |
| Итого за 10 день: | | 68,6 | 64,4 | 219,0 | 1747,9 | - |

Шеф-повар: