

Утверждено ООО «Славия»

Директор \_\_\_\_\_ Озрокова Ю.М

(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

*Е.В. Белокопы*  
(подпись) (Ф.И.О)



## МЕНЮ

на 16.09. 2024 г.

| День 6   | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>             |            |             |             |                |                                      |                |
| Каша жидкая (манная)                               | 150        | 6,1         | 3,4         | 26,8           | 163,0                                | ТТК № 83       |
| Чай с лимоном                                      | 150/7/3,5  | 0,1         | 0           | 7,0            | 29,0                                 | № 393          |
| Батон  | 50         | 3,8         | 1,5         | 25,7           | 131,0                                | -              |
| Сыр (порционный)                                   | 5          | 1,2         | 1,5         | 0              | 18,2                                 | №7             |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>365</b> | <b>11,2</b> | <b>6,4</b>  | <b>59,5</b>    | <b>340,7</b>                         | -              |
| <b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>          |            |             |             |                |                                      |                |
| Фрукты свежие                                      | 200        | 0,8         | 0,8         | 19,0           | 91,2                                 | № 371          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>200</b> | <b>0,8</b>  | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>    | <b>91,2</b>                          | -              |
| <b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>                |            |             |             |                |                                      |                |
| Огурец свежий                                      | 30         | 0,2         | 0           | 0,8            | 4,2                                  | -              |
| Суп с макаронными изделиями на м.б                 | 150        | 2,3         | 1,9         | 12,1           | 74,2                                 | ТТК № 88       |
| Голубцы ленивые                                    | 120/15     | 7,6         | 10,4        | 11,3           | 177,2                                | ТТК № 75       |
| Компот из сушеных фруктов                          | 150        | 0           | 0           | 11,6           | 46,5                                 | №376           |
| Хлеб пшеничный                                     | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                                | -              |
| Хлеб пшеничный                                     | 45         | 3,3         | 0,3         | 21,9           | 103,4                                | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>560</b> | <b>16,7</b> | <b>13,0</b> | <b>78,9</b>    | <b>507,5</b>                         | -              |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                |
| Запеканка из творога с морковью с соусом сметанным | 130/40     | 10,3        | 18,3        | 43,9           | 344,3                                | ТТК № 152, 350 |
| Чай с лимоном                                      | 150/7/3,5  | 0,1         | 0           | 7,0            | 29,0                                 | № 393          |
| Хлеб пшеничный                                     | 20         | 1,5         | 0,1         | 9,7            | 46,0                                 | -              |
| Булочка ванильная                                  | 50         | 4,1         | 3,9         | 28,9           | 167,3                                | № 467          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>400</b> | <b>16,0</b> | <b>22,3</b> | <b>89,5</b>    | <b>586,6</b>                         | -              |
| <b>Итого за 6 день:</b>                            |            | <b>44,7</b> | <b>42,5</b> | <b>246,9</b>   | <b>1526,0</b>                        | -              |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»

Директор \_\_\_\_\_ Озрокова Ю.М.

Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

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

## МЕНЮ

на 14.09. 2024 г.

| Дish   | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | № рецептуры   |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|---------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>                           |            |             |             |                |                                      |               |
| Омлет натуральный  | 130        | 8,1         | 8,4         | 6,5            | 180,3                                | ТТК № 72      |
| Чай с сахаром, вареньем,<br>джемом, медом, лимонным              | 180/10     | 0,1         | 0           | 9,8            | 39,4                                 | № 392         |
| Батон  | 30         | 2,3         | 0,9         | 15,4           | 78,6                                 | -             |
| <b>Итого:</b>  | <b>350</b> | <b>10,5</b> | <b>9,3</b>  | <b>31,7</b>    | <b>298,3</b>                         | -             |
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>                           |            |             |             |                |                                      |               |
| Сок фруктовый  | 180        | 0,9         | 0,2         | 17,7           | 75,1                                 | № 399         |
| <b>Итого:</b>  | <b>180</b> | <b>0,9</b>  | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>    | <b>75,1</b>                          | -             |
| <b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>                              |            |             |             |                |                                      |               |
| Помидоры свежие  | 30         | 0,3         | 0,1         | 1,1            | 7,2                                  | -             |
| Суп картофельный с мясными<br>фрикадельками                      | 150/15     | 4,1         | 4,0         | 10,4           | 94,0                                 | ТТК № 202     |
| Макаронник с мясом или<br>печенью (печень) с соусом<br>сметанным | 130/20     | 13,0        | 7,4         | 28,4           | 251,1                                | ТТК № 64, 354 |
| Компот из свежих плодов  | 150        | 0,1         | 0,1         | 17,4           | 71,8                                 | № 372         |
| Хлеб пшеничный   | 35         | 2,3         | 0,3         | 14,8           | 71,4                                 | -             |
| <b>Итого:</b>  | <b>530</b> | <b>19,8</b> | <b>11,9</b> | <b>72,1</b>    | <b>495,5</b>                         | -             |
| <b>Уплотненный полдник<br/>для детей от 1 до 3 лет</b>           |            |             |             |                |                                      |               |
| Рыба, запеченная в омлете  | 50         | 6,2         | 8,9         | 1,3            | 44,8                                 | ТТК № 73      |
| Пюре картофельное  | 110        | 2,3         | 3,3         | 15,6           | 104,9                                | № 321         |
| Чай с сахаром, вареньем,<br>джемом, медом, лимонным              | 180        | 3,2         | 2,7         | 13,0           | 89,8                                 | № 394         |
| Батон  | 60         | 4,5         | 1,74        | 30,8           | 157,2                                | -             |
| <b>Итого:</b>  | <b>400</b> | <b>16,1</b> | <b>16,6</b> | <b>60,7</b>    | <b>396,6</b>                         | -             |
| <b>Итого за 7 день:</b>  |            | <b>47,3</b> | <b>38,0</b> | <b>182,2</b>   | <b>1265,5</b>                        | -             |

Шеф-повар:

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

Согласовано Заведующая МОУ  
 детского сада № 3  
 \_\_\_\_\_  
 (подпись) Детский сад № 3 (Ф.И.О.)



## МЕНЮ

на 18.09. 2024 г.

| День 8   | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | № рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|-------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>                   |            |             |             |                |                                      |             |
| Каша жидкая (геркулесовая)                               | 150        | 6,4         | 4,6         | 23,9           | 159,2                                | ТТК № 104   |
| 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                                 | -           |
|  | <b>365</b> | <b>16,5</b> | <b>12,7</b> | <b>46,3</b>    | <b>364,9</b>                         | -           |
| <b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>                |            |             |             |                |                                      |             |
| Фрукты свежие (яблоко)                                   | 200        | 0,8         | 0,8         | 19,0           | 91,2                                 | № 368       |
| <b>Итого:</b>  | <b>200</b> | <b>0,8</b>  | <b>0,8</b>  | <b>19,0</b>    | <b>91,2</b>                          | -           |
| <b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>                      |            |             |             |                |                                      |             |
| Огурец свежий  | 30         | 0,2         | 0           | 0,8            | 4,2                                  | -           |
| Щи из свежей капусты с картофелем, заправленные сметаной | 150/10     | 1,9         | 4,6         | 5,7            | 76,8                                 | 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           | 10,0           | 41,7                                 | № 393       |
| Хлеб пшеничный   | 30         | 2,3         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -           |
| Хлеб ржаной  | 20         | 1,3         | 0,2         | 8,5            | 40,8                                 | -           |
| <b>Итого:</b>  | <b>587</b> | <b>23,6</b> | <b>21,7</b> | <b>55,2</b>    | <b>519,7</b>                         | -           |
| <b>Успокоительный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>    |            |             |             |                |                                      |             |
| Тефтели с соусом (говядина)                              | 50/30      | 6,6         | 7,8         | 15,2           | 143,9                                | ТТК № 65    |
| Макаронные изделия отварные с маслом                     | 110        | 4,1         | 4,4         | 26,3           | 166,1                                | № 205       |
| 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                                 | -           |
| <b>Итого:</b>  | <b>400</b> | <b>13,5</b> | <b>12,6</b> | <b>74,2</b>    | <b>467,2</b>                         | -           |
| <b>Итого за 8 день:</b>                                  |            | <b>54,4</b> | <b>47,8</b> | <b>194,7</b>   | <b>1443,0</b>                        | -           |

Шеф-повар \_\_\_\_\_

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

Согласовано Заведующая МОУ  
 детского сада № 3

(подпись) \_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)



## МЕНЮ

на 19.09 2024 г.

| № п/п  | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>             |            |             |             |                |                                      |                |
| Каша жидкая (пшеничная)                            | 150        | 7,0         | 3,5         | 29,1           | 175,1                                | ТТК № 105      |
| Молоко кипяченое                                   | 150        | 4,3         | 3,7         | 7,0            | 78,6                                 | № 400          |
| Блины  | 50         | 3,8         | 1,5         | 25,7           | 131,0                                | -              |
| Сыр (порциями)                                     | 5          | 1,2         | 1,5         | 0              | 17,7                                 | № 7            |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>355</b> | <b>16,3</b> | <b>10,2</b> | <b>61,8</b>    | <b>402,4</b>                         | -              |
| <b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>          |            |             |             |                |                                      |                |
| Сок яблочный                                       | 180        | 0,9         | 0,2         | 17,7           | 75,1                                 | № 399          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>180</b> | <b>0,9</b>  | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>    | <b>75,1</b>                          | -              |
| <b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>                |            |             |             |                |                                      |                |
| Салат из овощей                                    | 30         | 0,4         | 1,9         | 2,5            | 29,5                                 | № 33           |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной           | 150/10     | 1,5         | 5,0         | 7,5            | 90,0                                 | ТТК № 28       |
| Запеканка из творога с рисом                       | 130/5      | 8,9         | 12,2        | 14,2           | 241,8                                | ТТК № 68       |
| Кисель из фруктов, джема, варенья                  | 150        | 0,1         | 0           | 21,1           | 84,8                                 | № 383          |
| Хлеб ржаной  | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                                 | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>515</b> | <b>13,5</b> | <b>19,5</b> | <b>62,3</b>    | <b>527,7</b>                         | -              |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                |
| Запеканка из творога с соусом молочным (сливочным) | 130/50     | 16,2        | 12,3        | 29,5           | 365,6                                | ТТК № 151, 351 |
| Булочка ванильная                                  | 50         | 4,1         | 3,9         | 28,9           | 167,3                                | № 467          |
| Кефир  | 180        | 5,1         | 4,4         | 7,0            | 92,5                                 | № 401          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>410</b> | <b>25,4</b> | <b>20,6</b> | <b>65,4</b>    | <b>625,4</b>                         | -              |
| <b>Итого за 9 день:</b>                            |            | <b>56,1</b> | <b>50,5</b> | <b>207,2</b>   | <b>1630,6</b>                        | -              |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»

Директор \_\_\_\_\_ Озрокова Ю.М.  
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

*Е.В. Белокомова*  
(подпись) детский сад № 3 (Ф.И.О.)

## МЕНЮ

на 20.09. 2024 г.

|  | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|----------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>             |            |             |             |                |                                      |                |
| Икра кабачковая консервированная                   | 30         | 0,6         | 2,7         | 2,3            | 35,7                                 | -              |
| Омлет из яиц                                       | 130        | 8,1         | 8,4         | 6,5            | 180,3                                | ТТК № 72       |
| Чай с молоком или сливками                         | 150        | 2,6         | 2,3         | 10,9           | 75,0                                 | № 394          |
| Бягон  | 40         | 3,0         | 1,2         | 20,6           | 104,8                                | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>350</b> | <b>14,3</b> | <b>14,6</b> | <b>40,6</b>    | <b>397,0</b>                         | -              |
| <b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>          |            |             |             |                |                                      |                |
| Сухари   | 180        | 0,9         | 0,2         | 17,7           | 75,1                                 | № 399          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>180</b> | <b>0,9</b>  | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>    | <b>75,1</b>                          | -              |
| <b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>                |            |             |             |                |                                      |                |
| Огурец свежий                                      | 30         | 0,2         | 0           | 0,8            | 4,2                                  | -              |
| Суп с макаронными изделиями на кб                  | 150        | 2,3         | 1,8         | 12,7           | 75,1                                 | ТТК № 88       |
| Пюре из картофеля с овощами                        | 150        | 8,9         | 13,0        | 14,8           | 195,3                                | ТТК № 66       |
| 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  | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                                 | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>540</b> | <b>15,5</b> | <b>15,3</b> | <b>66,9</b>    | <b>450,1</b>                         | -              |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                |
| Котлеты, биточки, пинцели                          | 50         | 6,3         | 8,5         | 15,1           | 144,9                                | ТТК № 61       |
| Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)             | 120        | 6,3         | 6,9         | 28,7           | 208,5                                | № 166          |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, зефиром    | 180/10     | 0,1         | 0           | 9,8            | 39,4                                 | № 392          |
| Хлеб пшеничный                                     | 40         | 3,1         | 0,2         | 20,1           | 94,7                                 | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>400</b> | <b>15,8</b> | <b>15,6</b> | <b>73,7</b>    | <b>487,5</b>                         | -              |
| <b>Итого за 10 день:</b>                           |            | <b>46,5</b> | <b>45,7</b> | <b>198,9</b>   | <b>1409,7</b>                        | -              |

Шеф-повар: