



Утверждаю ООО «Славия»

Директор \_\_\_\_\_ Озрокова Ю.М

(подпись)



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

(подпись)

В. Белокопы  
(Ф.И.О)

### МЕНЮ

на 09.10 2024 г.

День 2	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
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	-
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>15,8</b>	<b>13,3</b>	<b>36,2</b>	<b>374,2</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>						
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	-
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>13,1</b>	<b>14,5</b>	<b>66,0</b>	<b>455,7</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
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	-
<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>17,8</b>	<b>17,1</b>	<b>64,7</b>	<b>456,3</b>	-
<b>Итого за 2 день:</b>		<b>47,5</b>	<b>45,7</b>	<b>185,9</b>	<b>1377,4</b>	-

Шеф-повар:

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

Согласовано Заведующая МОУ  
 Детского сада № 3



## МЕНЮ

на 09.10 2024 г.

День 3	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
Каша жидкая (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163,0	ТТК № 8
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	
<b>Итого:</b>	<b>405</b>	<b>13,2</b>	<b>9,0</b>	<b>47,2</b>	<b>323,4</b>	-
<b>Завтрак II 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>						
Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9	-
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/10	1,5	5,0	7,5	90,0	ТТК №
Запеканка картофельная с мясом или печенью (говядина)	150	10,0	6,8	25,3	215,8	ТТК №
Чай с лимоном	150/7/3,5	0,1	0	7,0	29,0	№ 39
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>14,6</b>	<b>12,1</b>	<b>59,1</b>	<b>427,2</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Пюре из моркови или свеклы (свекла)	40	0,6	1,4	4,0	33,4	№ 32
Котлеты, биточки, шницели рубленные с соусом сметанным	50/30	6,7	9,7	16,9	167,9	ТТК № 354
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	110	5,7	6,4	26,3	191,4	№ 10
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,8	86,1	№ 3
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	-
<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>15,3</b>	<b>17,8</b>	<b>82,6</b>	<b>547,7</b>	-
<b>Итого за 3 день:</b>		<b>44,0</b>	<b>39,1</b>	<b>206,6</b>	<b>1373,46</b>	-

Шеф-повар:



Утверждаю ООО «Славия»

Директор Ю.М. Озрокова  
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3



## МЕНЮ

на 11.10 2024 г.

День 5	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
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
<b>Итого:</b>	<b>355</b>	<b>11,0</b>	<b>10,1</b>	<b>62,2</b>	<b>387,2</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 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	-
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>17,9</b>	<b>20,5</b>	<b>100,4</b>	<b>617,5</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
Щера 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	-
<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>10,7</b>	<b>12,6</b>	<b>54,4</b>	<b>365,9</b>	-
<b>Итого за 5 день:</b>		<b>40,5</b>	<b>43,4</b>	<b>234,7</b>	<b>1445,7</b>	-

Шеф-повар: