

Утверждаю ООО «Славия»

Директор

Озрокова Ю.М



Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 3

(подпись)

(Ф.И.О)


Е.В. Белоусов

МЕНЮ

на 28.10 2024 г.


День 16	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Каша жидкая (пшеничная)	150	7,0	3,5	29,1	175,1	ТТК № 105
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
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Итого:	395	14,6	10,2	88,5	507,9	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 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 1 до 3 лет						
Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9	-
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	150	1,7	3,0	5,9	57,7	ТТК № 47
Птица, тушенная в соусе 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 ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Итого:	500	12,1	16,2	41,6	344,5	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Суфле из рыбы	50	6,5	8,2	2,1	72,7	ТТК № 74
Пюре картофельное	110	2,3	3,3	15,6	104,9	№ 321
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом	180/10	0,1	0	9,8	39,4	№ 392
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Итого:	420	14,5	15,5	66,4	431,7	-
Итого за 16 день		42,0	42,7	215,5	1375,3	-

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3


 (подпись) (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на 29.10. 2024 г.

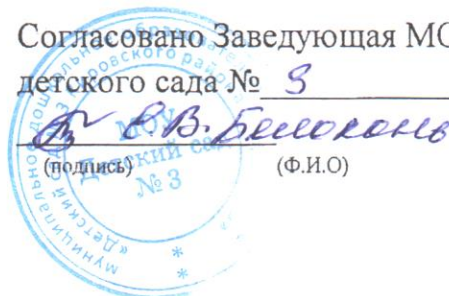
День 17	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Каша вязкая молочная (рисовая)	150	2,3	6,0	23,7	163,5	ТТК № 102
Чай с молоком или сливками	150	2,6	2,3	11,2	76,2	№ 394
Батон	45	3,4	1,3	23,1	117,9	-
Сыр (порциями)	5	1,2	1,5	0	17,7	№ 7
Итого:	350	9,5	11,1	58,0	375,3	-
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
Борщ со сметаной	150/5	1,2	3,0	5,4	53,6	ТТК № 200
Фрикадельки в соусе (говядина)	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2	ТТК № 60
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,1	4,4	26,3	166,1	№ 205
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	-
Итого:	545	15,4	19,3	79,4	529,0	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Запеканка из творога с соусом молочным	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8	ТТК № 151, 350
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 401
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Итого:	400	24,4	18,8	55,0	563,1	-
Итого за 17 день:		50,2	49,4	210,1	1542,5	-

Шеф-повар:

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



Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 3 _____

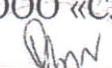


МЕНЮ

на 30.10 2024 г.

День 18	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	22,9	159,2	ТТК № 104
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	180/10	0,1	0	9,8	39,4	№ 392
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Итого:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 368
Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	№ 399
Итого:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	-
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	2,1	2,3	11,7	75,8	ТТК № 87
Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9	ТТК № 67
Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,8	№ 372
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Итого:	500	16,3	20,5	86,3	555,8	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
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
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	№ 393
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2	-
Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	-
Итого:	432	14,3	14,4	78,9	494,3	-
Итого за 18 день:		41,8	41,7	255,7	1519,8	-

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор  Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3


 (подпись) № 3 (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на 31.10

2024 г.

День 19	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,3	3,8	14,8	112,6	ТТК № 85
Молоко кипяченое	150	4,3	3,7	7,0	78,6	№ 400
Яйца вареные	45	5,5	5,0	0,3	68,6	№ 213
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Итого:	375	16,4	13,4	37,5	338,4	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Сок яблочный	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 соленый	30	0,2	0	0,5	3,9	-
Суп с крупой на бульоне	150	1,8	1,8	10,1	64,2	ТТК № 44
Запеканка картофельная с мясом или печенью (говядина) с соусом молочным	150/50	11,0	9,5	28,8	259,7	№ 79, 350
Компот из сушеных фруктов	150	0	0	11,6	46,5	№ 376
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
Итого:	590	17,1	11,8	78,3	503,6	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Пудинг из творога (запеченный) с соусом молочным	130/40	12,9	16,0	33,9	374,5	ТТК № 156, 350
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 401
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0	-
Итого:	400	21,8	21,9	66,6	598,0	-
Итого за 19 день:		56,2	47,3	200,1	1515,1	-

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



МЕНЮ

на 01.11 2024 г.

День 20	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Каша жидкая (пшеничная)	150	7,0	3,5	29,1	175,1	ТТК № 105
Кофейный напиток с молоком	160	2,4	1,9	12,2	76,01	№ 395
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8	-
Сыр порциями	5	1,2	1,5	0	17,7	№ 7
Итого:	355	13,6	8,1	61,9	373,7	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 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 1 до 3 лет						
Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	-
Борщ с капустой и картофелем на бульоне	150	1,5	3,0	7,1	62,4	ТТК № 28
Котлеты, биточки, шницели рубленые	50	6,3	8,5	15,1	144,9	ТТК № 61
Рагу овощное (3 вариант)	110	2,0	4,3	10,8	97,7	№ 344
Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,1	0	21,1	84,8	№ 374
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,5	59,2	-
Итого:	555	15,0	19,1	85,9	566,36	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Помидоры соленый	40	0,4	0,0	0,9	5,5	-
Сиченики «Рябушка» с соусом сметанным	100/30	7,15	11,5	19,4	232,6	ТТК № 59
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	180/10	0,10	0	9,8	39,4	№ 392
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	-
Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	-
Итого:	400	10,6	13,7	55,6	412,4	-
Итого за 20 день:		40,05	41,7	222,4	1443,66	-

Шеф-повар: