


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

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

 (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на 20.01 2025 г.

День 16	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
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1	№ 395
Бутерброд с джемом или повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	№ 2
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	-
Итого:	455	15,2	10,9	90,5	525,6	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие	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						
Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5	-
Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	180	2,0	3,6	7,2	70,2	ТТК № 47
Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК № 66
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	№ 376
Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125,1	-
Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Итого:	630	21,7	20,6	76,1	580,7	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6	ТТК № 74
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4	№ 321
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	-
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Итого:	490	21,8	14,6	80,4	548,4	-
Итого за 16 день:		59,5	46,9	266,0	1745,9	-

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор _____ Озрокова Ю.М

(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3



(подпись)

Е.В. Белокош
 (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 22.01 2025 г.

День 18	Выход г	Белки, г*	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (геркулесовая)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7	ТТК № 104
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	№ 7
Батон	25	1,9	0,7	12,9	65,5	-
Итого:	420	12,1	9,2	51,2	337,0	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 368
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4	№ 399
Итого:	400	1,8	1,0	38,6	174,6	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6	-
Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б	180	4,7	3,9	13,6	110,3	ТТК № 87
Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1	ТТК № 67
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 пеклеванный	30	2,0	0,3	12,7	61,2	-
Итого:	610	37,9	38,5	85,8	848,2	-
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
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	-
Итого:	447	16,9	16,9	61,8	481,4	-
Итого за 18 день:		68,7	65,6	237,4	1841,2	-

Шеф-повар:

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

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

 (подпись) № 3 (Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 23.01 2025 г.

День 19	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,2	4,3	17,5	131,1	ТТК № 85
Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3	№ 400
Бутерброд с сыром	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3	№ 3
Итого:	420	16,6	16,8	45,3	407,7	-
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 соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5	-
Суп с крупой на бульоне	180	2,2	2,0	12,2	77,2	ТТК № 44
Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень) с соусом молочным	150/50	11,0	9,6	29,2	263,1	ТТК № 79, 350
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8	№ 376
Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Итого:	670	17,7	12,2	83,0	530,2	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Пудинг из творога (запеченный) с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	24,3	18,8	38,6	432,4	ТТК № 156, 477
Снежок	200	5,6	4,9	7,8	102,8	№ 401
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0	-
Итого:	500	37,8	29,1	101,0	833,5	-
Итого за 19 день:		73,1	58,3	248,9	1854,8	-

Шеф-повар:

