

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озорокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 339



МЕНЮ

на 03/02 2025 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 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Батон | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 | - |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,3 | 3,0 | 0 | 36,4 | № 7 |
| Итого: | 417 | 12,1 | 8,1 | 56,8 | 348,0 | - |
| Завтрак II для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Фрукты свежие | 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 соленый | 50 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 6,5 | - |
| Суп с макаронными изделиями на м/б | 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 | 15,5 | 61,9 | № 376 |
| Хлеб пеклеванный | 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 | 90,6 | 612,4 | - |
| Полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | № 392 |
| Булочка Ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 467 |
| Итого: | 250 | 4,2 | 3,9 | 38,7 | 206,7 | - |
| Ужин для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью | 150/60 | 19,3 | 18,7 | 40,4 | 413,6 | ТТК № 152, 477 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0 | 10,0 | 41,7 | № 393 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 3,3 | 0,3 | 21,9 | 103,4 | - |
| Итого: | 452 | 22,8 | 19,0 | 72,3 | 558,7 | |
| Ужин 2 для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Кефир | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | № 401 |
| Итого: | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | - |
| Итого за 6 день: | | 68,4 | 52,2 | 284,4 | 1909,5 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озорова Ю.М



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 339



(Ф.И.О)

МЕНЮ

на 04/02 2025 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 | 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-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 соленый | 50 | 0,6 | 0,0 | 1,2 | 6,8 | - |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180/25 | 6,6 | 6,3 | 12,8 | 134,6 | ТТК № 202 |
| Макаронник с мясом или печенью (говядина) 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 пеклеванный | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 655 | 25,1 | 15,8 | 85,4 | 606,2 | - |
| Полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 20,1 | 98,1 | № 398 |
| Печенье | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | - |
| Итого: | 250 | 4,5 | 5,2 | 57,3 | 306,6 | - |
| Ужин для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Суфле из рыбы | 70 | 11,8 | 6,6 | 3,1 | 122,6 | ТТК № 74 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,1 | 4,6 | 21,4 | 143,9 | № 321 |
| Чай с молоком или сливками | 200 | 3,0 | 2,5 | 15,6 | 97,3 | № 394 |
| Батон | 40 | 3,0 | 1,2 | 20,6 | 104,8 | - |
| Итого: | 460 | 20,9 | 14,9 | 60,7 | 468,6 | - |
| Ужин для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Кефир | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | № 401 |
| Итого: | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | - |
| Итого за 7 день: | | 75,3 | 64,8 | 262,0 | 1984,2 | |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 339



МЕНЮ

на 05/02 2025 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 | 64 | 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 | 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 пеклеванный | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 | - |
| Итого: | 622 | 23,4 | 24 | 53,7 | 533,4 | - |
| Полдник | | | | | | |
| Булочка веснушка | 50 | 4,0 | 3,0 | 29,6 | 160,9 | № 473 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | № 392 |
| Итого: | 250 | 4,1 | 3,0 | 39,4 | 200,3 | |
| Ужин 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 | - |
| Итого: | 460 | 19,6 | 17,4 | 85,3 | 600,4 | - |
| Ужин 2 | | | | | | |
| Кефир | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | № 401 |
| Итого: | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | - |
| Итого за 8 день: | | 71,4 | 63,7 | 259,0 | 1938,3 | - |

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор Озорова Ю.М



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 339



МЕНЮ

на 06/02 2025 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 | 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 на м/б со сметаной | 180/10 | 1,7 | 5,1 | 9,2 | 95,5 | 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 | 25,7 | 102,6 | № 383 |
| Хлеб пеклеваный | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 | - |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 | - |
| Итого: | 640 | 26,9 | 19,9 | 86,8 | 668,2 | - |
| Полдник для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 | № 392 |
| Булочка ванильная | 50 | 4,1 | 3,9 | 28,9 | 167,3 | № 467 |
| Итого: | 250 | 4,2 | 3,9 | 38,7 | 206,7 | - |
| Ужин для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Запеканка из творога с соусом молочным (сладким) с ванилью | 150/60 | 28,1 | 21,3 | 30,1 | 439,7 | ТТК № 151/477 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | - |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,7 | 0,3 | 20,1 | 98,1 | № 398 |
| Итого: | 450 | 31,7 | 20,8 | 72,7 | 631,0 | - |
| Ужин 2 для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Снежок | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | № 401 |
| Итого: | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | - |
| Итого за 9 день: | | 86,8 | 61,7 | 284,2 | 2104,5 | - |

Шеф-повар:

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



Согласовано Заведующая МОУ детского сада № 339



(Ф.И.О)

МЕНЮ

на 09/02 2025 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-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 соленый | 50 | 0,4 | 0,1 | 0,9 | 6,5 | - |
| Суп с макаронными изделиями на К/Б | 180 | 2,7 | 2,0 | 15,2 | 90,0 | ТТК № 88/1 |
| Птица, тушенная в соусе с овощами | 150 | 14,4 | 13,6 | 14,7 | 241,5 | ТТК № 66 |
| Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,5 | 61,9 | № 376 |
| Хлеб пеклеванный | 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 | 88,4 | 599,9 | - |
| Полдник | | | | | | |
| Печенье | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 208,5 | - |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,1 | 2,4 | 17,0 | 103,1 | № 395 |
| Итого: | 250 | 6,9 | 7,3 | 54,2 | 311,6 | - |
| Ужин для детей от 3 до 7 лет | | | | | | |
| Котлеты, биточки, пшеницы рубленые | 70 | 11,6 | 15,2 | 11,0 | 234,5 | ТТК № 61 |
| Каша 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 | - |
| Ужин 2 | | | | | | |
| Кефир | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | № 401 |
| Итого: | 180 | 5,1 | 4,4 | 7,0 | 92,5 | - |
| Итого за 10 день: | | 80,6 | 76,1 | 279,8 | 2151,5 | - |

Шеф-повар: