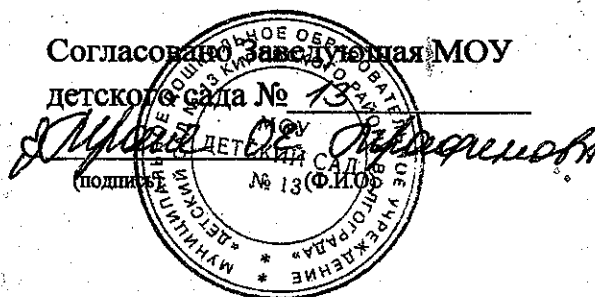


Утверждаю  
Директор



Согласовано  
Заведующая МОУ  
детского сада № 13



## МЕНЮ

на 9.06 2025 г.

| День 16                                              | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | № рецептуры |
|------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|----------------|--------------------------------------|-------------|
| <b>Завтрак для детей от 3 до 7 лет</b>               |            |             |             |                |                                      |             |
| 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                                 | -           |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>455</b> | <b>15,2</b> | <b>10,9</b> | <b>90,5</b>    | <b>525,6</b>                         | -           |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 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 3 до 7 лет</b>                  |            |             |             |                |                                      |             |
| Огурец свежий                                        | 50         | 0,4         | 0,1         | 0,9            | 6,5                                  | ТТК № 4     |
| Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне | 180        | 2,0         | 3,6         | 7,2            | 70,2                                 | ТТК № 47    |
| Птица, тушеная 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 шоколадное                                   | 30         | 2,3         | 2,9         | 22,3           | 125,1                                | -           |
| Хлеб пеклеванный                                     | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                                 | -           |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>630</b> | <b>21,7</b> | <b>20,6</b> | <b>76,1</b>    | <b>580,7</b>                         | -           |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b>   |            |             |             |                |                                      |             |
| 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       |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>490</b> | <b>21,8</b> | <b>14,6</b> | <b>80,4</b>    | <b>548,4</b>                         | -           |
| <b>Итого за 16 день:</b>                             |            | <b>59,5</b> | <b>46,9</b> | <b>266,0</b>   | <b>1745,9</b>                        | -           |

Шеф-повар:

*(Signature)*