

Утверждаю
 Директор



Зорокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

3/15
 (подпись)
 (Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 18.08.2025 г.

День 6	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (манная)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК № 3
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	-
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	0	36,4	№
Итого:	417	12,1	8,1	56,8	348,0	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 3
Итого:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК
Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК
Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК
Компот из сушеных фруктов	200	0	0	15,5	61,9	№
Хлеб пеклеваный	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	№
Булочка Ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№
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 15
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	№
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	№
Итого:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за 6 день:		68,4	52,2	284,4	1909,5	

Шеф-повар:

(Handwritten signature)

Утверждаю
 Директор



Составлено Заведующая МОУ

детского сада № 3д5



(Ф.И.О.) *Светлана*

МЕНЮ

на 19.08. 2025 г

День 7	Выход г	Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт
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 №
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0	9,8	39,4	№ 39
Багет	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	№ 39
Итого:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры свежие	50	0,6	0,0	1,2	6,8	ТТК №
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК №
Макаронник с мясом или печенью (говядина) с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК № 348
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	№ 37
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	№ 39
Печенье шоколадное	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						
Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК №
Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,4	143,4	№ 32
Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	№ 39
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Итого:	480	18,7	19,7	62,9	517,0	-
Ужин для детей от 3 до 7 лет						
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 40
Итого:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	-
Итого за 7 день:		73,1	69,6	264,2	2032,6	

Шеф-повар:

9

Утверждаю *Ю.М. Овощкова*
 Директор *О.М. Овощкова*



Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № *3дс*
Овощкова Ю.М.
 (Ф.И.О)

МЕНЮ

на *20.08* 2025 г.

День 8	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (манная)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК №
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 39
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Сыр (порциями)	10	2,3	3,0	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 (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 36
Итого:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК №
Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК №
Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК №
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	№ 37
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	-
Хлеб пеклеваный	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Итого:	720	23,4	16,0	90,6	612,4	-
Полдник						
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 46
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 39
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, 4
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 39
Хлеб пшеничный	45	3,3	0,3	21,9	103,4	-
Итого:	452	22,8	19,0	72,3	558,7	-
Ужин 2						
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 40
Итого:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	-
Итого за 8 день:		68,4	52,2	284,4	1909,5	-

Шеф-повар: *С*

Утверждаю **ООО «Славия»**
 Директор *Ю.М. Озорова* Озорова Ю.М.



Согласовано **Заведующая МОУ**
 детского сада № *305*
Могутеева
 (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на *21.08* 2025 г.

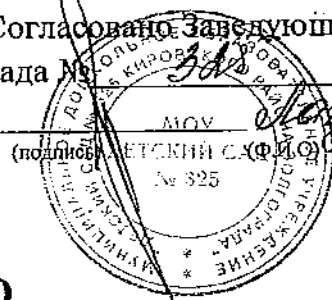
День 9	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (пшеничная)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК №
Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3	№ 4
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Сыр порциями	10	2,3	3,0	0	36,4	№
Итого:	400	17,9	12,5	59,4	422,7	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4	№ 3
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	№
Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5	ТТК
Запеканка из печени с рисом	150	19,6	11,4	16,9	243,0	ТТК
Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0	25,7	102,6	№ 3
Хлеб пшеничный	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	634,7	-
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	№ 3
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 4
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/
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	-
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	20,1	98,1	№ 3
Итого:	450	31,9	21,8	70,3	632,5	-
Ужин 2 для детей от 3 до 7 лет						
Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5	№ 4
Итого:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	-
Итого за 9 день:		87,0	62,7	281,8	2072,5	-

Шеф-повар: *У*

Утверждено ООО «Славия»
 Директор Озорова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ детского сада № 34



МЕНЮ

на 22.08.20

День 10	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ реп
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
Чай с молоком или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	№
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	№
Итого:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	0,9	6,5	ТТК
Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0	ТТК
Птица, тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	№
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	№
Итого:	250	6,9	7,3	54,2	311,6	
Ужин для детей от 3 до 7 лет						
Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5	ТТК
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4	№
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№
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	№
Итого:	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Итого за 10 день:		80,6	76,1	279,8	2151,5	

Шеф-повар: *С*