

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Озорова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 75

Демидова

(подпись)

(Ф.И.О.)



## МЕНЮ

на 05.09 2025 г.

| День 20                                                 | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>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            |
| Батон                                                   | 50         | 3,8         | 1,5         | 25,7           | 131,0                                | -                |
| <b>Итого:</b>                                           | <b>430</b> | <b>15,2</b> | <b>8,1</b>  | <b>78,5</b>    | <b>447,5</b>                         | -                |
| <b>Завтрак II для детей<br/>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>                     |            |             |             |                |                                      |                  |
| Икра кабачковая консервированная                        | 50         | 1,0         | 4,5         | 3,9            | 59,5                                 | -                |
| Борщ с капустой и картофелем на<br>мясо-костном бульоне | 180        | 2,0         | 3,7         | 8,8            | 78,5                                 | ТТК № 28         |
| Котлеты, биточки, шницели<br>рубленые                   | 70         | 11,6        | 15,2        | 11,0           | 234,5                                | ТТК № 61         |
| Макаронные изделия отварные с<br>маслом                 | 130        | 4,9         | 4,4         | 31,1           | 188,4                                | № 205            |
| Кисель из повидла, джема, варенья                       | 180        | 0,1         | 0,0         | 25,7           | 102,6                                | № 383            |
| Хлеб пеклеванный                                        | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                                 | -                |
| Хлеб пшеничный                                          | 30         | 2,2         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -                |
| <b>Итого:</b>                                           | <b>680</b> | <b>24,5</b> | <b>28,4</b> | <b>112,6</b>   | <b>816,1</b>                         | -                |
| <b>Уплотненный полдник<br/>для детей от 3 до 7 лет</b>  |            |             |             |                |                                      |                  |
| Помидоры свежие                                         | 50         | 0,6         | 0,0         | 1,2            | 6,8                                  | ТТК № 27         |
| Фрикадельки вкусняшка с соусом<br>сметанным с томатом   | 140/50     | 12,2        | 13,8        | 23,5           | 290,3                                | ТТК № 32,<br>355 |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом,<br>медом, повидлом     | 190/10     | 0,1         | 0,0         | 9,8            | 39,4                                 | № 392            |
| Хлеб пшеничный                                          | 30         | 2,3         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -                |
| <b>Итого:</b>                                           | <b>470</b> | <b>15,2</b> | <b>14,0</b> | <b>49,6</b>    | <b>407,5</b>                         | -                |
| <b>Итого за 20 день:</b>                                |            | <b>55,7</b> | <b>51,3</b> | <b>259,7</b>   | <b>1762,3</b>                        | -                |

Шеф-повар: а