

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

Великова Е.В.  
(подпись) (Ф.И.О.)

## МЕНЮ

на 20.10 2025 г.

| День 11                                                        | 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>                         |            |             |             |                |                                      |                  |
| Суп молочный с крупой (рисовой)                                | 180        | 4,3         | 4,4         | 15,0           | 131,6                                | ТТК № 107        |
| Кофейный напиток с молоком                                     | 180        | 2,8         | 2,2         | 15,4           | 92,9                                 | № 395            |
| Бутерброд с маслом                                             | 35/10      | 2,8         | 7,5         | 17,7           | 157,7                                | № 1              |
| <b>Итого:</b>                                                  | <b>405</b> | <b>9,9</b>  | <b>14,1</b> | <b>48,1</b>    | <b>382,2</b>                         | -                |
| <b>Завтрак II для детей<br/>от 3 до 7 лет</b>                  |            |             |             |                |                                      |                  |
| Яблоки, фаршированные изюмом                                   | 110        | 0,7         | 0,5         | 31,9           | 137,0                                | № 388            |
| <b>Итого:</b>                                                  | <b>110</b> | <b>0,7</b>  | <b>0,5</b>  | <b>31,9</b>    | <b>137,0</b>                         | -                |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                            |            |             |             |                |                                      |                  |
| Помидоры свежие                                                | 50         | 0,6         | 0,0         | 1,2            | 6,8                                  | ТТК № 27         |
| Суп картофельный на мясо-костном<br>бульоне                    | 180        | 2,4         | 2,1         | 13,9           | 85,7                                 | ТТК № 87         |
| Макаронник с мясом или печенью<br>(говядина) с соусом томатным | 150/30     | 15,2        | 9,0         | 33,5           | 297,2                                | ТТК № 64,<br>348 |
| Компот их свежих плодов                                        | 180        | 0,1         | 0,1         | 20,9           | 86,0                                 | № 372            |
| Хлеб пшеничный                                                 | 30         | 2,3         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -                |
| Хлеб пеклеванный                                               | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                                | -                |
| <b>Итого:</b>                                                  | <b>670</b> | <b>23,9</b> | <b>11,8</b> | <b>105,8</b>   | <b>648,7</b>                         | -                |
| <b>Уплотненный полдник<br/>для детей от 3 до 7 лет</b>         |            |             |             |                |                                      |                  |
| Икра свекольная или морковная<br>(морковная)                   | 50         | 1,1         | 2,4         | 5,6            | 49,9                                 | № 54             |
| Котлета, рубленая из птицы с<br>соусом сметанным с томатом     | 70/50      | 12,4        | 13,5        | 15,1           | 238,4                                | ТТК № 62,<br>355 |
| Пюре картофельное                                              | 150        | 3,1         | 4,6         | 21,4           | 143,9                                | № 321            |
| Чай с лимоном                                                  | 180/10/7   | 0,2         | 0,0         | 10,0           | 41,7                                 | № 393            |
| Хлеб пшеничный                                                 | 35         | 2,7         | 0,2         | 17,6           | 82,9                                 | -                |
| Булочка Ванильная                                              | 50         | 4,1         | 3,9         | 28,9           | 167,3                                | № 467            |
| <b>Итого:</b>                                                  | <b>602</b> | <b>23,6</b> | <b>24,6</b> | <b>98,6</b>    | <b>724,1</b>                         | -                |
| <b>Итого за 11 день:</b>                                       |            | <b>58,1</b> | <b>51,0</b> | <b>284,4</b>   | <b>1892,0</b>                        | -                |

Шеф-повар: [подпись]

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3



## МЕНЮ

на 21.10 2025 г.

| День 12                                            | 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 (геркулесовая)                         | 180        | 7,8         | 5,5         | 29,0           | 197,6                                | ТТК № 104      |
| 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            |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>435</b> | <b>13,2</b> | <b>11,6</b> | <b>73,5</b>    | <b>457,4</b>                         | -              |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>          |            |             |             |                |                                      |                |
| Сок яблочный                                       | 200        | 1,0         | 0,2         | 19,6           | 83,4                                 | № 399          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>200</b> | <b>1,0</b>  | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>    | <b>83,4</b>                          | -              |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                |            |             |             |                |                                      |                |
| Салат из белокочанной капусты                      | 50         | 0,8         | 2,4         | 4,5            | 44,1                                 | № 20           |
| Суп картофельным на курином бульоне                | 180        | 2,3         | 2,1         | 13,9           | 85,2                                 | ТТК № 87       |
| Плов из птицы                                      | 150        | 28,9        | 31,2        | 24,8           | 499,1                                | ТТК № 67       |
| Кисель из повидла, джема, варенья                  | 180        | 0,1         | 0,0         | 25,7           | 102,6                                | № 383          |
| Хлеб пеклеваемый                                   | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                                | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>610</b> | <b>35,4</b> | <b>36,1</b> | <b>90,1</b>    | <b>833,0</b>                         | -              |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                |
| Икра кабачковая консервированная                   | 50         | 1,0         | 4,5         | 3,9            | 59,5                                 | -              |
| Котлеты или биточки рыбные запеченные              | 70         | 9,5         | 6,9         | 6,8            | 135,8                                | ТТК № 77       |
| Картофель отварной с маслом сливочным              | 130        | 2,5         | 3,5         | 20,6           | 128,3                                | № 125          |
| Напиток из плодов шиповника                        | 180        | 0,6         | 0,3         | 18,1           | 88,3                                 | № 398          |
| Хлеб пшеничный                                     | 40         | 3,1         | 0,2         | 20,1           | 94,7                                 | -              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>470</b> | <b>16,7</b> | <b>15,4</b> | <b>69,5</b>    | <b>506,6</b>                         | -              |
| <b>Итого за 12 день:</b>                           |            | <b>66,3</b> | <b>63,3</b> | <b>252,7</b>   | <b>1880,4</b>                        | -              |

Шеф-повар:

Утверждаю: ООО «Славия»  
Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

Резокошова В.



(подпись)

(Ф.И.О.)

## МЕНЮ

на 22.10 2025 г.

| День 13                                             | 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      |
| Чай с молоком или сливками                          | 180        | 2,7         | 2,3         | 14,0           | 87,6                                 | № 394          |
| Бутерброд с джемом или повидлом                     | 30/5/20    | 2,3         | 3,7         | 27,4           | 156,7                                | № 2            |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>415</b> | <b>13,3</b> | <b>10,2</b> | <b>77,1</b>    | <b>457,7</b>                         | -              |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>           |            |             |             |                |                                      |                |
| Сок яблочный                                        | 200        | 1,0         | 0,2         | 19,6           | 83,4                                 | № 399          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>200</b> | <b>1,0</b>  | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>    | <b>83,4</b>                          | № 399          |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                 |            |             |             |                |                                      |                |
| Огурец свежий                                       | 50         | 0,4         | 0,1         | 0,9            | 6,5                                  | ТТК № 4        |
| Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне | 180        | 2,7         | 2,1         | 14,5           | 89,2                                 | ТТК № 88       |
| Тефтели с соусом (говядина)                         | 70/30      | 10,3        | 12,4        | 11,0           | 205,3                                | ТТК № 65       |
| Капуста тушеная                                     | 130        | 2,9         | 4,9         | 12,5           | 106,9                                | № 336          |
| Компот из сушеных фруктов                           | 180        | 0,0         | 0,0         | 14,0           | 55,8                                 | № 376          |
| Хлеб пшеничный                                      | 30         | 2,3         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -              |
| Хлеб пеклеванный                                    | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                                | -              |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>720</b> | <b>21,9</b> | <b>20,1</b> | <b>89,2</b>    | <b>636,7</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       |
| Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)                | 150        | 3,9         | 3,9         | 39,7           | 214,1                                | № 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                                 | -              |
| Булочка веснушка                                    | 50         | 4,0         | 3,0         | 29,6           | 160,9                                | № 473          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>500</b> | <b>22,1</b> | <b>13,7</b> | <b>97,3</b>    | <b>608,0</b>                         | -              |
| <b>Итого за 13 день:</b>                            |            | <b>58,3</b> | <b>44,2</b> | <b>283,2</b>   | <b>1785,8</b>                        |                |

Шеф-повар: h

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Озрокова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3



## МЕНЮ

на 23.10 2025 г.

| День 14                                              | 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>               |            |             |             |                |                                      |             |
| 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         | 0,0         | 9,8            | 39,4                                 | №392        |
| Батон                                                | 20         | 1,5         | 0,6         | 10,3           | 52,4                                 | -           |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>420</b> | <b>17,9</b> | <b>24,0</b> | <b>26,9</b>    | <b>400,7</b>                         | -           |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>            |            |             |             |                |                                      |             |
| Сок яблочно-абрикосовый                              | 200        | 1,0         | 0,2         | 19,6           | 83,4                                 | № 399       |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>200</b> | <b>1,0</b>  | <b>0,2</b>  | <b>19,6</b>    | <b>83,4</b>                          | -           |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                  |            |             |             |                |                                      |             |
| Помидоры свежие                                      | 50         | 0,6         | 0,0         | 1,2            | 6,8                                  | ТТК № 27    |
| Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне | 180        | 2,0         | 3,7         | 8,8            | 78,5                                 | ТТК № 28    |
| Голубцы ленивые                                      | 140/30     | 12,8        | 12,3        | 12,0           | 217,4                                | ТТК № 75    |
| 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                                     | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                                 | -           |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>640</b> | <b>19,6</b> | <b>16,6</b> | <b>69,6</b>    | <b>516,3</b>                         | -           |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b>   |            |             |             |                |                                      |             |
| Фрикадельки в соусе (говядина)                       | 70/30      | 11,5        | 13,1        | 8,3            | 203,3                                | ТТК № 60    |
| 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                                       | 30         | 2,3         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -           |
| Булочка ванильная                                    | 50         | 4,1         | 3,9         | 28,9           | 167,3                                | № 467       |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>490</b> | <b>23,4</b> | <b>21,9</b> | <b>101,5</b>   | <b>718,3</b>                         | -           |
| <b>Итого за 14 день:</b>                             |            | <b>61,9</b> | <b>62,7</b> | <b>217,6</b>   | <b>1818,7</b>                        |             |

Шеф-повар:                     

ТТК № 60

№ 205

№ 398

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Озорова Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 3

*Ремко ЕВ*  
(подпись) (Ф.И.О.)



## МЕНЮ

на 24.10 2025 г.

| День 15                                            | 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>             |            |             |             |                |                                      |             |
| Суп молочный с крупой (гречневой)                  | 180        | 5,3         | 4,8         | 15,1           | 125,3                                | ТТК № 106   |
| Кофейный напиток с молоком                         | 200        | 3,1         | 2,4         | 17,1           | 103,1                                | № 395       |
| Батон                                              | 40         | 3,0         | 1,2         | 20,6           | 104,8                                | -           |
| Сыр порциями                                       | 10         | 2,3         | 3,0         | 0,0            | 36,4                                 | №7          |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>430</b> | <b>13,7</b> | <b>11,4</b> | <b>52,8</b>    | <b>369,6</b>                         | <b>-</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>-</b>    |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                |            |             |             |                |                                      |             |
| Икра кабачковая консервированная                   | 50         | 1,0         | 4,5         | 3,9            | 59,5                                 | -           |
| Суп с крупой на курином бульоне                    | 180        | 2,2         | 1,9         | 12,9           | 78,0                                 | ТТК № 44    |
| Плов из птицы                                      | 150        | 28,9        | 31,2        | 24,8           | 499,1                                | ТТК № 67    |
| Кисель из повидла, джема, варенья                  | 180        | 0,1         | 0,0         | 25,7           | 102,6                                | № 383       |
| Хлеб пеклеванный                                   | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                                | -           |
| Хлеб пшеничный                                     | 20         | 1,5         | 0,1         | 9,7            | 46,0                                 | -           |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>630</b> | <b>37,0</b> | <b>38,1</b> | <b>98,2</b>    | <b>887,2</b>                         | <b>-</b>    |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b> |            |             |             |                |                                      |             |
| Котлеты, биточки, шницели рубленые                 | 70         | 11,6        | 15,2        | 11,0           | 234,5                                | ТТК № 61    |
| Рагу овощное (3 вариант)                           | 150        | 2,8         | 5,9         | 14,9           | 134,6                                | № 344       |
| Чай с лимоном                                      | 180/10/7   | 0,2         | 0,0         | 10,0           | 41,7                                 | № 393       |
| Хлеб пшеничный                                     | 30         | 2,3         | 0,2         | 15,1           | 71,0                                 | -           |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>447</b> | <b>16,9</b> | <b>21,3</b> | <b>51,0</b>    | <b>481,8</b>                         | <b>-</b>    |
| <b>Итого за 15 день:</b>                           |            | <b>68,4</b> | <b>71,6</b> | <b>221,0</b>   | <b>1829,8</b>                        | <b>-</b>    |

Шеф-повар:

*[Signature]*