

Утверждаю ООО «Славия»

Директор

Озрокова Ю.М

(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ

детского сада № 13

(подпись)

(Ф.И.О.) САД

## МЕНЮ

на 10.10 2025 г.

День 5	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энергетичес кая ценность (ккал)	№ 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 картофельный 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 5 день:</b>		<b>66,3</b>	<b>63,3</b>	<b>252,7</b>	<b>1880,4</b>	-

Шеф-повар:

Жуки