

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор \_\_\_\_\_ Оноприенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 214

\_\_\_\_\_ (подпись)  
Белищева С.В. (Ф.И.О.)



## МЕНЮ

на 10 03 2026 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 1 до 3 лет</b>                 |            |             |             |                |                                      |                |
| Каша жидкая ( геркулесовая)                            | 150        | 6,4         | 4,6         | 23,4           | 159,2                                | ТТК № 104      |
| Кофейный напиток с молоком                             | 150        | 2,3         | 1,8         | 11,4           | 71,3                                 | № 395          |
| Бутерброд с джемом или<br>повидлом                     | 30/5/20    | 2,3         | 3,7         | 27,4           | 156,7                                | № 2            |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>355</b> | <b>11,0</b> | <b>10,1</b> | <b>62,2</b>    | <b>387,2</b>                         | -              |
| <b>Завтрак II для детей<br/>от 1 до 3 лет</b>          |            |             |             |                |                                      |                |
| Сок яблочный                                           | 180        | 0,9         | 0,2         | 17,7           | 75,1                                 | № 399          |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>180</b> | <b>0,9</b>  | <b>0,2</b>  | <b>17,7</b>    | <b>75,1</b>                          | -              |
| <b>Обед для детей от 1 до 3 лет</b>                    |            |             |             |                |                                      |                |
| Салат из свеклы                                        | 30         | 0,4         | 1,9         | 2,5            | 29,5                                 | № 33           |
| Суп картофельный на курином<br>бульоне                 | 150        | 2,1         | 2,3         | 11,7           | 75,8                                 | ТТК № 87       |
| Плов из птицы                                          | 130        | 10,9        | 15,9        | 36,5           | 291,9                                | ТТК № 67       |
| Кисель из повидла, джема, варенья                      | 150        | 0,1         | 0           | 21,1           | 84,8                                 | № 383          |
| Хлеб пшеничный                                         | 40         | 3,1         | 0,2         | 20,1           | 94,7                                 | -              |
| Хлеб пеклеванный                                       | 20         | 1,3         | 0,2         | 8,5            | 40,8                                 | -              |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>520</b> | <b>17,9</b> | <b>20,5</b> | <b>100,4</b>   | <b>617,5</b>                         | -              |
| <b>Уплотненный полдник<br/>для детей от 1 до 3 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                |
| Икра кабачковая<br>консервированная                    | 30         | 0,6         | 2,7         | 2,3            | 35,7                                 | -              |
| Котлеты, биточки рыбные<br>запеченные                  | 50         | 4,9         | 5,7         | 4,8            | 64,1                                 | ТТК № 77       |
| Картофель отварной с маслом<br>сливочным               | 120        | 2,4         | 3,3         | 19,0           | 118,7                                | № 125          |
| 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                                 | -              |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>410</b> | <b>10,8</b> | <b>12,2</b> | <b>59,3</b>    | <b>377,8</b>                         | -              |
| <b>Итого за 12 день:</b>                               |            | <b>40,6</b> | <b>43,0</b> | <b>239,6</b>   | <b>1457,6</b>                        | -              |

Шеф-повар: \_\_\_\_\_

Утверждаю ООО «Славия»

Директор Онопrienko Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 104

Березинова Е.В.  
(Ф.И.О)



## МЕНЮ

на 10 03 2026 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<br/>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<br>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 пеклеванный                                       | 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<br/>для детей от 3 до 7 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                |
| Икра кабачковая консервированная                       | 50         | 1,0         | 4,5         | 3,9            | 59,5                                 | -              |
| Котлеты или биточки рыбные<br>запеченные               | 70         | 9,5         | 6,9         | 6,8            | 135,8                                | ТТК № 77       |
| Картофель отварной с маслом<br>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>                        | -              |

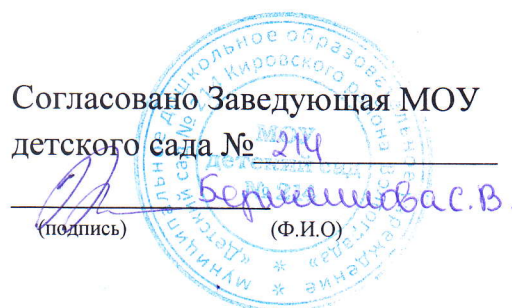
Шеф-повар:



Утверждаю ООО «Славия»  
Директор \_\_\_\_\_ Оноприенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 214 \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

на 10.03 2026 г.

| День 12                                   | 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 (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         | 200        | 0,1         | 0,0         | 28,4           | 114,0                                | № 383       |
| Хлеб пшеничный                            | 20         | 1,5         | 0,1         | 9,7            | 46,0                                 | -           |
| Хлеб пеклеванный                          | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                                | -           |
| <b>Итого:</b>                             | <b>630</b> | <b>36,9</b> | <b>36,2</b> | <b>99,8</b>    | <b>879,0</b>                         | -           |
| <b>Полдник для детей от 3 до 7 лет</b>    |            |             |             |                |                                      |             |
| Какао с молоком                           | 200        | 3,9         | 3,3         | 16,5           | 112,6                                | № 397       |
| Печенье                                   | 50         | 3,8         | 4,9         | 37,2           | 208,5                                | -           |
| <b>Итого:</b>                             | <b>250</b> | <b>7,7</b>  | <b>8,2</b>  | <b>53,7</b>    | <b>321,1</b>                         | -           |
| <b>Ужин 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           | 128,6                                | № 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>Ужин 2 для детей от 3 до 7 лет</b>     |            |             |             |                |                                      |             |
| Кефир                                     | 180        | 5,1         | 4,4         | 7,0            | 92,5                                 | №401        |
| <b>Итого:</b>                             | <b>180</b> | <b>5,1</b>  | <b>4,4</b>  | <b>7,0</b>     | <b>92,5</b>                          | -           |
| <b>Итого за 12 день:</b>                  |            | <b>80,6</b> | <b>76,0</b> | <b>323,1</b>   | <b>2340,0</b>                        | -           |

Шеф-повар: \_\_\_\_\_