

Утверждаю **ООО «Славия»**  
 Директор: **Онопrienко Ю.М**



Согласовано Заведующая МОУ  
 детского сада № 13

*Мухоморова*  
 (подпись)  
 Детский сад № 13  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОП. ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 13 ИМ. Г. И. УБРОВИЧА»

## МЕНЮ

на 21.04 2026 г

| День 2   | 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)                             | 180/5      | 7,8         | 5,5         | 28,5           | 195,7                                | ТТК № 10       |
| Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом       | 190/10     | 0,1         | 0,0         | 9,8            | 39,4                                 | № 392          |
| Сыр (порциями)   | 10         | 2,3         | 3,0         | 0,0            | 36,4                                 | № 7            |
| Батон  | 25         | 1,9         | 0,7         | 12,9           | 65,5                                 | -              |
| <b>Итого:</b>  | <b>420</b> | <b>12,1</b> | <b>9,2</b>  | <b>51,2</b>    | <b>337,0</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          |
| Сок яблочный   | 200        | 1,0         | 0,2         | 19,6           | 83,4                                 | № 399          |
| <b>Итого:</b>  | <b>400</b> | <b>1,8</b>  | <b>1,0</b>  | <b>38,6</b>    | <b>174,6</b>                         | -              |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                    |            |             |             |                |                                      |                |
| Салат из свеклы  | 50         | 0,7         | 2,9         | 4,1            | 45,6                                 | № 33           |
| Суп картофельный с бобовыми (горох) на курином бульоне | 180        | 4,7         | 3,9         | 13,6           | 110,3                                | ТТК № 43       |
| Плов из птицы  | 150        | 28,9        | 31,2        | 24,8           | 499,1                                | ТТК № 67       |
| Компот из свежих плодов                                | 180        | 0,1         | 0,          | 20,9           | 86,0                                 | № 372          |
| Хлеб пеклеванный                                       | 30         | 2,0         | 0,3         | 12,7           | 61,2                                 | -              |
| Хлеб пшеничный   | 20         | 1,5         | 0,1         | 9,7            | 46,0                                 | -              |
| <b>Итого:</b>  | <b>610</b> | <b>37,9</b> | <b>38,5</b> | <b>85,8</b>    | <b>848,2</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       |
| Картофель отварной с маслом сливочным                  | 150        | 2,9         | 4,1         | 23,8           | 148,3                                | № 125          |
| Чай с лимоном  | 18/10/7    | 0,2         | 0,0         | 10,0           | 41,7                                 | № 393          |
| Хлеб пшеничный   | 50         | 3,8         | 0,3         | 25,1           | 118,4                                | -              |
| Печенье шоколадное                                     | 20         | 1,5         | 2,0         | 14,9           | 83,4                                 | -              |
| <b>Итого:</b>  | <b>487</b> | <b>20,2</b> | <b>13,0</b> | <b>76,9</b>    | <b>514,4</b>                         | -              |
| <b>Итого за 2 день:</b>                                |            | <b>72,0</b> | <b>61,7</b> | <b>252,5</b>   | <b>1874,2</b>                        | -              |

Шеф-повар:

*Мухоморова*