

Утверждаю
Директор



Еноприенко Ю.М.

Согласовано
Заведующая МОУ
детского сада № 75



МЕНЮ

на 14.09 2026 г.

День 5	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
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 повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	№ 2
Итого:	355	11,0	10,1	62,2	387,2	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Сок яблочный	180	0,9	0,2	17,7	75,1	№ 399
Итого:	180	0,9	0,2	17,7	75,1	-
Обед для детей от 1 до 3 лет						
Салат из свеклы	30	0,4	1,9	2,5	29,5	№ 33
Суп картофельный на ю/б	150	2,0	2,3	11,7	75,8	ТТК № 87
Плов из птицы	130	10,9	15,9	36,5	291,9	№ 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	-
Итого:	520	17,9	20,5	100,4	617,5	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	-
Котлеты или биточки рыбные запеченные	50	4,9	5,7	4,8	64,1	ТТК № 77
Картофель отварной с маслом сливочным	120	2,4	3,3	19,0	118,7	№ 125
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,2	18,1	88,3	№ 398
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Итого:	410	10,8	12,2	59,3	377,8	-
Итого за 5 день:		40,6	43,0	239,6	1457,6	-

Шеф-повар: 