

Утверждаю **ООО «Славия»**  
 Директор **Оноприенко Ю.М.**



Согласовано Заведующая МОУ  
 детского сада № **213 (с/с)**



## МЕНЮ

на 16.10. 2026 г.

| День 10                                            | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------------------------------|------------|-------------|--------------|----------------|-----------------------------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>             |            |             |              |                |                                   |
| Икра кабачковая консервированная                   | 30         | 0,6         | 2,7          | 2,3            | 35,7                              |
| Омлет натуральный                                  | 130        | 8,1         | 8,4          | 6,5            | 180,3                             |
| Чай с лимоном                                      | 150/7/3,5  | 0,1         | 0,0          | 7,0            | 29,0                              |
| Батон                                              | 40         | 3,0         | 1,2          | 20,6           | 104,8                             |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>361</b> | <b>11,8</b> | <b>12,3</b>  | <b>36,4</b>    | <b>349,8</b>                      |
| <b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>          |            |             |              |                |                                   |
| Сок яблочно-виноградный                            | 180        | 0,9         | 0,2          | 17,7           | 75,1                              |
| <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>                |            |             |              |                |                                   |
| Огурец соленый                                     | 30         | 0,2         | 0,0          | 0,5            | 3,9                               |
| Суп с макаронными изделиями на курином бульоне     | 150        | 2,3         | 1,8          | 12,7           | 75,1                              |
| Птица, тушенная в соусе с овощами                  | 150        | 14,4        | 13,6         | 14,7           | 241,5                             |
| Компот из сушеных фруктов                          | 150        | 0,0         | 0,0          | 11,6           | 46,5                              |
| 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>540</b> | <b>21,0</b> | <b>15,9</b>  | <b>66,2</b>    | <b>494,6</b>                      |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b> |            |             |              |                |                                   |
| Котлеты, биточки, шницели рубленые                 | 50         | 6,3         | 8,5          | 15,1           | 144,9                             |
| Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)             | 120        | 6,3         | 4,48         | 28,7           | 203,0                             |
| Чай с сахаром                                      | 180/10     | 0,1         | 0,0          | 9,8            | 39,4                              |
| Хлеб пшеничный                                     | 40         | 3,1         | 0,2          | 20,1           | 94,7                              |
| <b>Итого:</b>                                      | <b>400</b> | <b>15,8</b> | <b>13,18</b> | <b>73,7</b>    | <b>482,06</b>                     |
| <b>Итого за 10 день:</b>                           |            | <b>49,5</b> | <b>41,58</b> | <b>194,0</b>   | <b>1401,56</b>                    |

Шеф-повар: