Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Оноприенко Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада №. 190
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 19.10 2026 г.

День 13	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 3 до 7 лет					
Каша жидкая (кукурузная)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого:	**435**	**10,9**	**8,7**	**78,4**	**461,4**
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого:	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед для детей от 3 до 7 лет					
Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
Рыба, тушенная с овощами	70	7,1	2,4	4,8	69,5
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого:	**700**	**19,3**	**9,1**	**94,0**	**542,1**
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет					
Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	3,9	3,9	39,7	214,1
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Манник	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Итого:	**540**	**20,6**	**20,1**	**105,7**	**698,4**
Итого за 13 день:		**51,8**	**38,1**	**297,7**	**1785,3**

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Оноприенко Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 190
_____ Рябчикова Т.Ю.
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 20.10 2026 г.

День 14	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 3 до 7 лет					
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого:	**420**	**17,9**	**24,0**	**26,9**	**400,7**
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					
Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого:	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед для детей от 3 до 7 лет					
Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8
Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Хлеб пшеничный	40	3,1	,2	20,1	94,7
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого:	**670**	**21,9**	**16,7**	**84,2**	**585,4**
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет					
Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,6	5,0	36,0	217,1
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Неженка	40	2,6	3,9	22,4	134,5
Итого:	**520**	**23,5**	**22,3**	**105,8**	**729,1**
Итого за 14 день:		**64,3**	**63,2**	**236,5**	**1798,6**

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Оноприенко Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 190
_____ Лейкова Л.Н
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 21.10 2026 г.

День 15	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 3 до 7 лет					
Каша жидкая (манная)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Сыр порциями	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого:	**410**	**14,2**	**10,2**	**58,8**	**383,2**
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого:	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед для детей от 3 до 7 лет					
Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Суп с крупой на мясо-костном бульоне	180	2,2	1,9	12,9	78,0
Котлеты, биточки, шницели рубленные	70	11,6	15,2	11,0	234,5
Капуста тушеная	130	2,9	4,9	12,5	106,9
Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого:	**650**	**19,8**	**22,5**	**80,0**	**610,1**
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет					
Икра кабачковая консервированная	55	1,1	4,9	4,2	65,5
Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
Печенье шоколадное	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого:	**452**	**34,0**	**38,3**	**69,0**	**760,7**
Итого за 15 день:		**68,8**	**71,8**	**226,8**	**1845,2**

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Ономриенко Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 190
_____ Гаврилова Г.Ю.
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 22.10 2026 г.

День 16	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 3 до 7 лет					
Каша жидкая (пшенная)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого:	**485**	**15,8**	**10,8**	**103,8**	**580,4**
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого:	**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед для детей от 3 до 7 лет					
Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
Щи из свежей капусты с картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,6	7,2	70,2
Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого:	**710**	**24,0**	**14,9**	**90,0**	**599,9**
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет					
Гречка по-купечески с филе куриным	160	10,9	12,7	26,0	262,0
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Манник	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Итого:	**450**	**17,3**	**16,5**	**81,0**	**541,0**
Итого за 16 день:		**57,9**	**43,0**	**293,8**	**1812,5**

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Оноприенко Ю.М
(подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 190
_____ Райнова Г.Ю
(подпись) (Ф.И.О)

МЕНЮ

на 23.10. 2026 г.

День 17	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак для детей от 3 до 7 лет					
Каша вязкая молочная (рисовая)	180	2,7	7,2	28,4	196,2
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Бутерброд с сыром	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
Итого:	**425**	**7,2**	**13,9**	**52,8**	**377,2**
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого:	**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед для детей от 3 до 7 лет					
Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
Суп картофельный с мясным фаршем	180	6,6	6,3	12,8	134,6
Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Хлеб пеклеванный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого:	**680**	**26,5**	**26,6**	**99,4**	**754,6**
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким с ванилью	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
Кефир	200	5,6	4,9	7,8	102,8
Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого:	**450**	**36,7**	**27,4**	**58,5**	**647,3**
Итого за 17 день:		**71,4**	**68,1**	**230,3**	**1862,5**

Шеф-повар: