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

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 325
_____ Ю.А. Лапушина
(подпись) (Ф.И.О)

# МЕНЮ

на 05.10 2026 г.

| День 1 | 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 |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,3 | 3,0 | 0,0 | 36,4 |
| Батон | 50 | 3,8 | 1,5 | 25,7 | 131,0 |
| **Итого:** | **440** | **14,7** | **9,5** | **76,7** | **472,1** |
| **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 с макаронными изделиями на мясном бульоне | 180 | 2,7 | 2,1 | 14,5 | 89,2 |
| Жаркое по-домашнему | 150 | 17,8 | 16,7 | 15,6 | 287,3 |
| Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,0 | 0,0 | 14,0 | 55,8 |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| **Итого:** | **650** | **27,7** | **21,8** | **89,9** | **673,1** |
| **Уплотненный полдник** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Тефтели с соусом | 70/30 | 10,3 | 12,4 | 11,0 | 205,3 |
| Каша вязкая (гречневая) | 130 | 4,0 | 4,1 | 18,0 | 128,3 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| Манник | 40 | 2,5 | 3,5 | 20,1 | 121,2 |
| **Итого:** | **510** | **20,0** | **20,2** | **79,0** | **588,9** |
| **Итого за 1 день:** | | **63,4** | **51,7** | **265,2** | **1817,5** |

**Шеф-повар:**

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Оноприенко Ю.М

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 325
_____ Ю.А. Лапушкина
(подпись) (Ф.И.О)

# МЕНЮ

на 06.10 2026 г

| День 2 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Каша жидкая (геркулесовая) | 180/5 | 7,8 | 5,5 | 28,5 | 195,7 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 |
| Бутерброд с маслом | 30/10 | 2,4 | 7,5 | 15,2 | 145,8 |
| **Итого:** | **425** | **10,3** | **13,0** | **53,5** | **380,9** |
| **Завтрак II** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Фрукты свежие (яблоко) | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 |
| Сок яблочно-абрикосовый | 200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 |
| **Итого:** | **400** | **1,8** | **1,0** | **38,6** | **174,6** |
| **Обед** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Салат из свеклы | 50 | 0,7 | 2,9 | 4,1 | 45,6 |
| Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясо-костном бульоне | 180 | 4,7 | 3,9 | 13,6 | 110,3 |
| Рыба, тушенная с овощами | 70 | 7,1 | 2,4 | 4,8 | 69,5 |
| Картофель отварной с маслом сливочном | 150 | 2,9 | 4,1 | 23,8 | 148,3 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0, | 20,9 | 86,0 |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,1 | 9,7 | 46,0 |
| **Итого:** | **700** | **20,3** | **13,9** | **98,1** | **607,7** |
| **Уплотненный полдник** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью | 150/50 | 19,1 | 18,1 | 39,7 | 404,3 |
| Чай с лимоном | 18/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| Печенье шоколадное | 20 | 1,5 | 2,0 | 14,9 | 83,4 |
| **Итого:** | **467** | **24,6** | **20,4** | **89,7** | **647,8** |
| **Итого за 2 день:** | | **57,0** | **48,3** | **279,9** | **1811,0** |

**Шеф-повар:**

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор Оноприенко Ю.М

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 325
(подпись) (Ф.И.О)

# МЕНЮ

на 07.10 2026 г.

| День 3 | 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 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 |
| Батон | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| Яйца вареные | 1 шт | 6,8 | 6,1 | 0,4 | 83,,8 |
| **Итого:** | **455** | **15,7** | **10,9** | **51,9** | **366,9** |
| **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 |
| Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной | 180/10 | 1,7 | 5,1 | 9,2 | 95,5 |
| Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень) | 150 | 10,0 | 6,8 | 25,3 | 215,8 |
| 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 |
| Хлеб пеклеванный | 40 | 2,6 | 0,4 | 17,0 | 81,6 |
| **Итого:** | **657** | **17,2** | **12,6** | **77,5** | **512,1** |
| **Уплотненный полдник** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Пюре из моркови или свеклы (свекла) | 60 | 1,0 | 1,9 | 6,2 | 47,8 |
| Котлеты, биточки, шницели, рубленные | 70 | 11,6 | 15,2 | 11,0 | 234,5 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 4,9 | 4,4 | 31,1 | 188,4 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,1 | 0,1 | 20,9 | 86,0 |
| Лакомка | 40 | 3,0 | 3,5 | 24,8 | 124,9 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4,4 | 0,4 | 29,2 | 137,8 |
| **Итого:** | **540** | **25,0** | **25,5** | **123,2** | **819,4** |
| **Итого за 3 день:** | | **58,9** | **49,2** | **272,2** | **1781,8** |

**Шеф-повар:**

Утверждаю ООО «Славиа»
Директор _____ Оноприенко Ю.М

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 325
_____ Ю.А. Мокрушина
(подпись) (Ф.И.О)

# МЕНЮ

на 08.10 2026 г.

| День 4 | 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 |
| Чай с лимоном | 180/10/7 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 41,7 |
| Бутерброд с сыром | 40/5/15 | 6,4 | 8,1 | 19,5 | 182,3 |
| **Итого:** | **637** | **13,2** | **11,3** | **63,1** | **413,6** |
| **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 бобовыми (горох) на мясо-костном бульоне | 180 | 4,7 | 3,9 | 13,6 | 110,3 |
| 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 |
| Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,5 | 61,9 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 |
| Хлеб пеклеванный | 50 | 3,3 | 0,4 | 21,2 | 102,0 |
| **Итого:** | **770** | **26,1** | **23,2** | **125,6** | **832,4** |
| **Уплотненный полдник** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Котлета, рубленная из птицы | 70 | 11,5 | 11,6 | 11,5 | 197,9 |
| Пюре картофельное | 130 | 2,7 | 3,9 | 18,5 | 124,4 |
| Чай с сахаром | 190/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| **Итого:** | **450** | **18,1** | **15,8** | **64,9** | **480,1** |
| **Итого за 4 день:** | | **58,4** | **50,5** | **273,2** | **1809,5** |

**Шеф-повар:**

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

Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № 325
_____ Пономарева
(подпись) (Ф.И.О)

# МЕНЮ

на 09.10 2026 г.

| День 5 | Выход г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Каша жидкая (геркулесовая) | 180 | 7,8 | 5,5 | 29,0 | 197,6 |
| 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 |
| Фрукты свежие (яблоко) | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 |
| **Итого:** | **635** | **14,0** | **12,4** | **92,5** | **548,6** |
| **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 | | | | | |
| Помидоры соленые | 50 | 0,6 | 0,0 | 1,2 | 6,8 |
| Щи из свежей капусты с картофелем на мясо-костном бульоне | 180 | 2,0 | 3,6 | 7,2 | 70,2 |
| Котлеты или биточки рыбные запеченные | 70 | 9,5 | 6,9 | 6,8 | 135,8 |
| Картофель отварной с маслом сливочным | 130 | 2,5 | 3,5 | 20,6 | 128,3 |
| 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** | **17,3** | **14,4** | **78,5** | **525,3** |
| **Уплотненный полдник** для детей от 3 до 7 лет | | | | | |
| Икра кабачковая консервированная | 50 | 1,0 | 4,5 | 3,9 | 59,5 |
| Плов из птицы | 150 | 28,9 | 31,2 | 24,8 | 499,1 |
| Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,5 | 61,9 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| **Итого:** | **450** | **3,7** | **36,0** | **69,3** | **738,9** |
| **Итого за 5 день:** | | **66,0** | **63,0** | **259,9** | **1896,2** |

**Шеф-повар:**