

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Оноприенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 75

*Денисова*  
(подпись)



## МЕНЮ

на 19.10 2026 г.

| День 11                                                | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|----------------|-----------------------------------|
| <b>Завтрак для детей от 3 до 7 лет</b>                 |            |             |             |                |                                   |
| Каша жидкая (пшеничная)                                | 180        | 6,6         | 3,2         | 33,6           | 189,6                             |
| Кофейный напиток с молоком                             | 180        | 2,8         | 2,2         | 15,4           | 92,9                              |
| Бутерброд с маслом                                     | 35/10      | 2,8         | 7,5         | 17,7           | 157,7                             |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>405</b> | <b>12,2</b> | <b>12,9</b> | <b>66,7</b>    | <b>440,2</b>                      |
| <b>Завтрак II для детей<br/>от 3 до 7 лет</b>          |            |             |             |                |                                   |
| Яблоки, фаршированные изюмом                           | 110        | 0,7         | 0,5         | 31,9           | 137,0                             |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>110</b> | <b>0,7</b>  | <b>0,5</b>  | <b>31,9</b>    | <b>137,0</b>                      |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                    |            |             |             |                |                                   |
| Салат из свеклы                                        | 50         | 0,7         | 2,9         | 4,1            | 45,6                              |
| Рассольник ленинградский на мясо-<br>костном бульоне   | 180        | 2,1         | 4,5         | 9,1            | 85,7                              |
| Макаронник с мясом или печенью<br>(говядина)           | 150        | 14,8        | 7,6         | 31,5           | 272,7                             |
| Компот из свежих плодов                                | 200        | 0,2         | 0,2         | 23,2           | 95,7                              |
| Хлеб пшеничный                                         | 40         | 3,1         | 0,2         | 20,1           | 94,7                              |
| Хлеб пеклеванный                                       | 50         | 3,3         | 0,4         | 21,2           | 102,0                             |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>670</b> | <b>24,2</b> | <b>15,8</b> | <b>109,2</b>   | <b>696,4</b>                      |
| <b>Уплотненный полдник<br/>для детей от 3 до 7 лет</b> |            |             |             |                |                                   |
| Икра морковная                                         | 60         | 1,3         | 3,0         | 6,6            | 59,8                              |
| Котлета, рубленая из птицы                             | 70         | 11,5        | 11,6        | 11,5           | 197,9                             |
| Пюре картофельное                                      | 150        | 3,1         | 4,6         | 21,4           | 143,9                             |
| Чай с лимоном                                          | 180/10/7   | 0,2         | 0,0         | 10,0           | 41,7                              |
| Хлеб пшеничный                                         | 40         | 3,1         | 0,2         | 20,1           | 94,7                              |
| <b>Итого:</b>                                          | <b>517</b> | <b>19,2</b> | <b>19,4</b> | <b>69,6</b>    | <b>538</b>                        |
| <b>Итого за 11 день:</b>                               |            | <b>56,3</b> | <b>48,6</b> | <b>277,4</b>   | <b>1811,6</b>                     |

Шеф-повар: *А*