

Утверждаю ООО «Славия»  
Директор Онопrienko Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 75

*Винаева Римово*  
(подпись) (Ф.И.О.)



## МЕНЮ

на 21.10 2026 г.

| День 13                                             | Выход<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углеводы,<br>г | Энергетическая ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|----------------|-----------------------------------|
| <b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>              |            |             |             |                |                                   |
| Каша жидкая (кукурузная)                            | 160        | 4,9         | 2,3         | 30,1           | 161,2                             |
| Кофейный напиток с молоком                          | 150        | 2,3         | 1,8         | 11,4           | 71,3                              |
| Батон                                               | 50         | 3,8         | 1,5         | 25,7           | 131,0                             |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>360</b> | <b>11,0</b> | <b>5,6</b>  | <b>67,2</b>    | <b>363,5</b>                      |
| <b>Завтрак II для детей от 1 до 3 лет</b>           |            |             |             |                |                                   |
| Сок яблочный                                        | 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 мясо-костном бульоне | 150        | 2,3         | 1,9         | 12,1           | 74,2                              |
| Рыба, тушеная с овощами                             | 50         | 5,0         | 1,7         | 3,3            | 48,7                              |
| Пюре картофельное                                   | 110        | 2,3         | 3,3         | 15,6           | 104,6                             |
| Компот из сушеных фруктов                           | 150        | 0,0         | 0,0         | 11,6           | 46,5                              |
| Хлеб пеклеванный                                    | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                              |
| Хлеб пшеничный                                      | 20         | 1,5         | 0,1         | 9,7            | 46,0                              |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>550</b> | <b>13,9</b> | <b>7,4</b>  | <b>69,8</b>    | <b>405,8</b>                      |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>  |            |             |             |                |                                   |
| Тефтели с соусом                                    | 50/30      | 6,6         | 7,8         | 15,2           | 143,9                             |
| Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)                | 120        | 3,1         | 3,1         | 31,8           | 171,1                             |
| Чай с сахаром                                       | 180/10     | 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                             |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>470</b> | <b>15,4</b> | <b>14,6</b> | <b>97,0</b>    | <b>570,3</b>                      |
| <b>Итого за 13 день:</b>                            |            | <b>41,2</b> | <b>27,8</b> | <b>251,7</b>   | <b>1414,7</b>                     |

Шеф-повар: *[подпись]*