

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

Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № *«Березка»*

(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

На *29.01* 2026 г.

| День 4                                                                                                              | Выход<br>г | Белки<br>,<br>г | Жиры<br>,<br>г | Углеводы,<br>г | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецепту<br>ры |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------|----------------|----------------|--------------------------------------|--------------------|
| <b>Завтрак для детей от 3 до 7 лет</b>                                                                              |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Каша жидкая молочная (манная)                                                                                       | 160        | 4,9             | 2,2            | 25,1           | 125,7                                | № 185              |
| Кофейный напиток с молоком                                                                                          | 200        | 3,1             | 2,4            | 17,0           | 102,5                                | № 395              |
| Масло (порциями)                                                                                                    | 5          | 0,0             | 3,6            | 0,0            | 37,4                                 | № 6                |
| Батон                                                                                                               | 40         | 3,1             | 1,2            | 20,6           | 104,8                                | -                  |
| <b>Итого:</b>                                                                                                       |            | <b>11,1</b>     | <b>9,4</b>     | <b>62,7</b>    | <b>370,4</b>                         | -                  |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>                                                                           |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Компот из свежих плодов                                                                                             | 180        | 0,1             | 0,1            | 20,9           | 86,0                                 | № 372              |
| <b>Итого:</b>                                                                                                       |            | <b>0,1</b>      | <b>0,1</b>     | <b>20,9</b>    | <b>86,0</b>                          | -                  |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>                                                                                 |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная) | 50         | 0,8             | 0,2            | 4,5            | 21,5                                 | ТТК № 1,2,3,4,5    |
| Суп картофельный                                                                                                    | 200        | 1,9             | 2,3            | 15,6           | 90,6                                 | № 77               |
| Плов из птицы                                                                                                       | 180        | 21,2            | 23,4           | 30,4           | 364,0                                | № 304              |
| Компот из сушеных фруктов                                                                                           | 200        | 0,0             | 0,0            | 15,5           | 61,9                                 | № 376              |
| Хлеб пшеничный                                                                                                      | 30         | 3,1             | 0,2            | 20,1           | 71,0                                 | ТТК № 6            |
| Хлеб ржаной                                                                                                         | 20         | 2,0             | 0,3            | 8,5            | 40,8                                 | ТТК № 7            |
| <b>Итого:</b>                                                                                                       |            | <b>29,0</b>     | <b>26,4</b>    | <b>98,8</b>    | <b>649,8</b>                         | -                  |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b>                                                                  |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Суп молочный с крупой (пшено)                                                                                       | 180        | 5,0             | 4,5            | 15,2           | 125,0                                | № 93               |
| Напиток из плодов шиповника                                                                                         | 200        | 0,7             | 0,3            | 20,2           | 99,1                                 | № 398              |
| Хлеб пшеничный                                                                                                      | 20         | 1,5             | 0,1            | 10,1           | 48,8                                 | ТТК № 6            |
| Сдоба обыкновенная                                                                                                  | 70         | 4,2             | 2,2            | 29,6           | 164,3                                | № 220              |
| <b>Итого:</b>                                                                                                       |            | <b>11,3</b>     | <b>19,0</b>    | <b>81,9</b>    | <b>437,2</b>                         | -                  |
| <b>Итого за 4 день:</b>                                                                                             |            | <b>51,5</b>     | <b>54,9</b>    | <b>264,3</b>   | <b>1543,4</b>                        | -                  |

Шеф-повар: *Григорьев*