



Утверждаю ООО «Славия»  
 Директор Оноприенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
 детского сада № 5 «Славия»  
 (ФИО заведующего)

## МЕНЮ

На 18.05 2026 г.

| День 1  | 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 вязкая молочная<br>(геркулесовая)  | 160        | 6,0             | 6,5            | 27,1           | 195,9                                | № 168               |
| Чай с лимоном   | 180/10/5   | 0,2             | 0,0            | 10,0           | 38,7                                 | № 393               |
| 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>9,3</b>      | <b>11,3</b>    | <b>57,7</b>    | <b>376,8</b>                         | -                   |
| <b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>   |            |                 |                |                |                                      |                     |
| Фрукты свежие (яблоко)  | 150        | 0,6             | 0,6            | 14,3           | 68,4                                 | № 338               |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>0,6</b>      | <b>0,6</b>     | <b>14,3</b>    | <b>68,4</b>                          | -                   |
| <b>Обед для детей от 3 до 7 лет</b>   |            |                 |                |                |                                      |                     |
| Овощи по сезону (огурец свежий,<br>помидор свежий, капуста<br>квашеная, огурец соленый,<br>помидор соленый, свекла<br>отварная) | 50         | 0,8             | 0,2            | 4,5            | 21,5                                 | ТТК №<br>1,2,3,4,5  |
| Суп из овощей   | 200        | 1,5             | 3,0            | 8,8            | 71,7                                 | № 135               |
| Тефтели мясные (2 вариант)  | 70         | 9,3             | 10,9           | 8,5            | 173,0                                | № 287               |
| Макаронные изделия отварные   | 130        | 4,9             | 4,1            | 31,1           | 185,5                                | № 205               |
| Компот из сушеных фруктов   | 200        | 0,0             | 0,0            | 15,5           | 61,9                                 | № 376               |
| Хлеб пшеничный  | 40         | 3,1             | 0,2            | 20,1           | 94,7                                 | ТТК № 6             |
| Хлеб ржаной   | 40         | 2,6             | 0,4            | 17,0           | 81,6                                 | ТТК № 7             |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>22,2</b>     | <b>18,8</b>    | <b>105,5</b>   | <b>689,9</b>                         | -                   |
| <b>Уплотненный полдник для детей<br/>от 3 до 7 лет</b>  |            |                 |                |                |                                      |                     |
| Икра кабачковая   | 80         | 1,0             | 3,8            | 6,2            | 63,0                                 | № 57                |
| Омлет натуральный   | 80         | 7,5             | 23,5           | 1,5            | 158,0                                | № 229               |
| Чай с сахаром   | 190/10     | 0,1             | 0,0            | 9,8            | 40,4                                 | № 392               |
| Булочка молочная  | 70         | 6,4             | 1,4            | 36,5           | 185,0                                | № 466               |
| Хлеб пшеничный  | 20         | 1,6             | 0,1            | 10,1           | 47,4                                 | ТТК № 6             |
| <b>Итого:</b>   |            | <b>16,3</b>     | <b>28,5</b>    | <b>63,7</b>    | <b>493,8</b>                         | -                   |
| <b>Итого за 1 день:</b>   |            | <b>48,4</b>     | <b>59,2</b>    | <b>241,2</b>   | <b>1628,9</b>                        | -                   |

Шеф-повар: *Пул*