

Утверждаю 000 «Славия»  
Директор Оноприенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 1



(ФИО заведующей)

## МЕНЮ

на 11.09 2026 г.

| День 10                                            | 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>             |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Суп молочный с макаронными изделиями               | 180        | 5,2             | 4,6            | 17,7           | 134,6                                | № 93               |
| Бутерброд с сыром                                  | 30/5/10    | 4,4             | 6,7            | 14,6           | 141,6                                | № 3                |
| Кофейный напиток с молоком                         | 180        | 2,8             | 2,2            | 15,2           | 92,1                                 | № 395              |
| <b>Итого:</b>                                      |            | <b>12,4</b>     | <b>13,5</b>    | <b>47,5</b>    | <b>368,3</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>                |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Икра свекольная или морковная (морковная)          | 50         | 1,1             | 2,4            | 5,7            | 50,4                                 | № 54               |
| Борщ с капустой и картофелем                       | 180        | 1,4             | 3,6            | 8,8            | 74,3                                 | № 57               |
| Котлета или биточки рыбные запеченные              | 70         | 9,5             | 4,0            | 6,7            | 103,9                                | № 255              |
| Картофельное пюре или картофель отварной           | 130        | 5,6             | 3,7            | 33,1           | 191,9                                | № 321,318          |
| Компот из сушеных фруктов                          | 180        | 0,0             | 0,0            | 15,5           | 61,9                                 | № 376              |
| Хлеб пшеничный                                     | 40         | 3,1             | 0,2            | 20,1           | 94,7                                 | ТТК № 6            |
| Хлеб ржаной                                        | 20         | 1,3             | 0,2            | 8,5            | 40,8                                 | ТТК № 7            |
| <b>Итого:</b>                                      |            | <b>22,0</b>     | <b>14,1</b>    | <b>98,4</b>    | <b>617,9</b>                         | -                  |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b> |            |                 |                |                |                                      |                    |
| Каша вязкая молочная рисовая                       | 200        | 5,7             | 9,8            | 41,2           | 285,5                                | № 174              |
| Сыр (порциями)                                     | 10         | 2,2             | 2,9            | 0,0            | 36,3                                 | № 7                |
| Чай с лимоном                                      | 180/10/5   | 0,2             | 0,0            | 10,0           | 42,7                                 | № 393              |
| Хлеб пшеничный                                     | 45         | 3,4             | 0,3            | 22,6           | 107,6                                | ТТК № 6            |
| <b>Итого:</b>                                      |            | <b>11,5</b>     | <b>18,8</b>    | <b>73,9</b>    | <b>472,1</b>                         | -                  |
| <b>Итого за 10 день:</b>                           |            | <b>46,5</b>     | <b>47,0</b>    | <b>234,1</b>   | <b>1526,7</b>                        | -                  |

Шеф-повар: