

Утверждаю Директор ООО «Славия»  
О. М. Опроейко Ю. М.



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № 10



(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 19.02.2026 г.

День 9	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры
<b>Завтрак для детей от 3 до 7 лет</b>						
Каша вязкая молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом	170	4,6	5,3	29,6	189,0	№ 175
Бутерброд с повидлом	20/5/5	1,5	3,6	12,9	95,2	№ 2
Чай с молоком	200	2,9	2,5	15,7	97,5	№ 394
<b>Итого:</b>		<b>9,0</b>	<b>11,4</b>	<b>58,2</b>	<b>377,1</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 3 до 7 лет</b>						
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	85,5	№ 399
<b>Итого:</b>		<b>1,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,6</b>	<b>85,5</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 с клецками	200/20	1,8	3,1	11,7	82,7	№ 85
Голубцы ленивые с соусом	140/40	10,0	10,0	19,0	310,0	№ 289
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	20,1	98,1	№ 398
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	ТТК № 6
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8	ТТК № 7
<b>Итого:</b>		<b>23,1</b>	<b>23,4</b>	<b>70,1</b>	<b>600,5</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b>						
Макаронные изделия отварные с маслом и сахаром	180	6,0	5,0	36,0	212,0	№ 219
Чай с лимонном	180/10/5	3,9	3,3	16,6	39,7	№ 393
Ватрушка с творогом	75	9,0	10,0	33,0	262,0	№ 441
<b>Итого:</b>		<b>22,2</b>	<b>19,2</b>	<b>82,2</b>	<b>513,7</b>	-
<b>Итого за 9 день:</b>		<b>55,3</b>	<b>54,2</b>	<b>230,1</b>	<b>1576,8</b>	-

Шеф-повар:

*V. K. N.*