



Утверждаю  
 Директор *В.В. Овощников* Овощников Ю.М.



Согласовано  
 Заведующая МОУ  
 детского сада № *Славия* 131  
*Славия*  
 (Ф.И.О. лица удостоверяющего)

### МЕНЮ

На 17.03 2026 г.

| День 7   | Выход<br>г | Белки<br>г  | Жиры<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)                      | 200        | 6,1         | 2,9         | 31,0           | 173,8                                | № 185              |
| Чай с лимоном                                      | 180/10/5   | 0,2         | 0,0         | 10,0           | 38,7                                 | № 393              |
| Масло (порциями)                                   | 8          | 0,0         | 5,8         | 0,1            | 59,8                                 | № 6                |
| Хлеб пшеничный                                     | 40         | 3,0         | 0,2         | 19,5           | 91,9                                 | ТТК № 6            |
| <b>Итого:</b>                                      |            | <b>9,3</b>  | <b>8,9</b>  | <b>60,6</b>    | <b>364,2</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>                |            |             |             |                |                                      |                    |
| Пюре из моркови или свеклы (свекла)                | 50         | 0,8         | 1,8         | 5,3            | 42,8                                 | № 324              |
| Щи из свежей капусты с картофелем                  | 200        | 1,5         | 4,0         | 7,2            | 71,6                                 | № 67               |
| Котлеты рубленные из птицы                         | 70         | 11,5        | 11,6        | 11,5           | 97,7                                 | № 305              |
| 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                                     | 50         | 3,8         | 0,3         | 25,1           | 118,4                                | ТТК № 6            |
| Хлеб ржаной  | 40         | 2,6         | 0,4         | 17,0           | 81,6                                 | ТТК № 7            |
| <b>Итого:</b>                                      |            | <b>25,1</b> | <b>22,2</b> | <b>112,7</b>   | <b>659,5</b>                         | -                  |
| <b>Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет</b> |            |             |             |                |                                      |                    |
| Суп молочный с крупой (гречневой)                  | 200        | 5,8         | 5,4         | 16,9           | 141,7                                | № 94               |
| Бутерброд с повидлом                               | 40/10/15   | 3,3         | 7,3         | 45,2           | 267,5                                | № 2                |
| Кофейный напиток с молоком                         | 200        | 3,1         | 2,4         | 17,0           | 102,5                                | № 395              |
| <b>Итого:</b>                                      |            | <b>12,2</b> | <b>15,1</b> | <b>79,1</b>    | <b>511,7</b>                         | -                  |
| <b>Итого за 7 день:</b>                            |            | <b>47,2</b> | <b>46,8</b> | <b>266,7</b>   | <b>1603,8</b>                        | -                  |

Шеф-повар: *Копыт*