



Утверждаю  
 Директор Ю.М. Ондриенко Ю.М.



Согласовано Заведующая МОУ  
 детского сада № 18.03  
 С.И. Сауркина  
 (ФИО заступающего)

### МЕНЮ

на 18.03 2026 г.

День 8	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 (геркулесовая)	170	6,4	7,0	28,9	208,8	№ 168
Сыр (порциями)	5	1,2	1,5	0,0	17,7	№ 7
Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	ТТК № 6
<b>Итого:</b>		<b>10,7</b>	<b>8,7</b>	<b>58,2</b>	<b>357,8</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 из овощей	180	1,4	2,7	7,9	64,5	№ 135
Птица, тушенная в соусе с овощами	180	14,8	13,7	18,3	260,3	№ 302
Кисель из свежих яблок	180	0,0	0,0	31,0	120,0	№ 381
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>22,8</b>	<b>17,2</b>	<b>93,3</b>	<b>624,3</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей 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 8 день:</b>		<b>50,8</b>	<b>54,6</b>	<b>234,8</b>	<b>1579,7</b>	-

Шеф-повар:

*С.И. Сауркина*