



Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая Состав: Молоко л; Геркулес хлопья; Масло сливочное; Сахар песок	170	8,98	8,73	27,5	140,07	ТТК-№39
Кофейный напиток с молоком Состав: Молоко л; Сахар песок; Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69	ТТК-№86
Батон Состав: Батон "Особый"	40	0,85	0,33	5,87	29,94	хлеб
Масло сливочное (порц.) Состав: Масло сливочное	5	0,02	3,92	0,03	35,7	масло сливочно е
Итого		12,64	16,17	53,11	324,4	
Второй завтрак						
Яблоки Состав: Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	яблоки
Итого		0,4	0,4	9,8	47	
Обед						
Салат из консервированной кукурузы с яйцом и луком Состав: Кукуруза консервированная; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Яйцо куриное	50	0,92	3,92	9,75	80,08	ТТК-№44
Борщ с капустой и картофелем Состав: Свекла свежая; Говядина; Картофель свежий; Капуста свежая; Морковь свежая; Сметана; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Сахар песок; Лимонная кислота	200	1,52	5,33	8,65	88,89	ТТК-№27
Печень тушеная в сметане Состав: Печень говяжья; Лук репчатый; Морковь свежая; Сметана; Мука пшеничная; Масло подсолнечное	70	9,76	2,93	3,65	80	119
Каша ячневая рассыпчатая с луком Состав: Крупа ячневая; Масло сливочное	120	3,62	15,73	20,47	237,98	ТТК-№200
Соль Состав: Соль йодированная	5	-	-	-	-	соль
Нектар овощной, фруктовый Состав: Нектар фруктовый	200	0,11	-	21,07	84,69	Нектар овощной, фрук
Хлеб ржаной Состав: Хлеб ржаной Дарницкий йодированный	50	0,55	0,09	3,41	17,16	хлеб
Итого		16,48	28	67	588,8	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Помидоры свежие Состав: Помидоры свежие	60	0,24	-	11,94	57,6	помидор свежий
Яйцо отварное Состав: Яйцо куриное	50	0,45	4,85	0,15	63,5	ТТК-№65
Рагу из овощей с кабачками Состав: Картофель свежий; Капуста свежая; Кабачки свежие; Морковь свежая; Сметана; Горошек зеленый консервированный; Масло подсолнечное; Масло сливочное; Дрожжи сухие; Яйцо куриное	200	4,84	11,35	29,59	239,59	ТТК-№84
Булочка "Домашняя" Состав: Мука пшеничная; Молоко л; Сахар песок; Масло сливочное; Масло подсолнечное; Дрожжи сухие; Яйцо куриное	50	3,64	5,89	30,67	190,17	ТТК-№282
Напиток из шиповника Состав: Шиповник; Сахар песок	200	0,68	-	21,01	46,87	ТТК-№261
Хлеб пшеничный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	0,62	0,06	3,96	19,28	хлеб
Итого		10,47	22,15	97,32	617,01	
Всего		39,99	66,72	227,23	1577,21	

Каширина Я.А.
(расшифровка подписи)



Сад (3-7 лет)

Составил Специалист по ТП и ОП
(должность)

Каширина Я.А.
(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №13 "Родничок"
Любченко О.В.
19 июня 2025 г.

Неделя: 1
День: 3

МЕНЮ
25 Июня 2025г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Макароны изделия; Масло сливочное; Сахар песок.	180	5,03	5,51	17,76	140,47	ТТК-№45
Какао с молоком Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Сахар песок; Какао порошок	180	3,39	3,54	15,61	136,73	ТТК-№87
Батон Состав: Батон "Особый"	40	0,85	0,33	5,87	29,94	хлеб
Масло сливочное (порц.) Состав: Масло сливочное	5	0,02	3,92	0,03	35,7	масло сливочно е
Итого		9,29	13,3	39,27	342,84	
Второй завтрак						
Виноград Состав: Виноград свежий	100	0,6	0,6	15,4	72	виноград
Итого		0,6	0,6	15,4	72	
Обед						
Огурец свежий Состав: Огурцы свежие	60	0,36	-	0,66	4,2	огурец свежий
Щи из свежей капусты с картофелем Состав: Капуста свежая; Картофель свежий; Говядина замороженная; Морковь свежая; Лук репчатый; Сметана 15%; Масло подсолнечное	200	1,67	5,06	8,51	86,26	ТТК-№55
Картофельное пюре Состав: Картофель свежий; Молоко питьевое (тетрапак); Масло сливочное	150	3,4	53,35	20,52	152,5	ТТК-№43
Мясной рулет с яйцом Состав: Говядина замороженная; Молоко питьевое (тетрапак); Хлеб пшеничный йодированный; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Масло сливочное; Яйцо куриное	80	14,4	11,51	10,01	208,99	ТТК №58
Соль Состав: Соль	5	-	-	-	-	соль
Напиток брусничный Состав: Брусника; Сахар песок	180	0,1	-	18,96	76,22	ТТК-№22
Хлеб ржаной Состав: Хлеб ржаной Дарницкий йодированный	50	0,55	0,09	3,41	17,16	хлеб
Итого		20,48	70,01	62,07	545,33	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Пудинг творожный запеченный Состав: Творог 9%; Яблоки свежие; Сахар песок; Крупа манная; Масло сливочное; Сухари панировочные; Сметана 15%; Яйцо куриное; Ванилин	180	21,83	7,48	35,77	295,03	ТТК-№135
Булочка "Ванильная" Состав: Мука пшеничная; Сахар песок; Масло сливочное; Дрожжи сухие; Яйцо куриное; Ванилин	50	7,34	3,71	29,17	179,33	ТТК-№281
Молоко сгущенное Состав: Молоко сгущенное 8,5%	30	2,16	2,55	16,8	96	молоко сгущенно е
Йогурт Состав: Йогурт (л)	180	3,33	0,06	4,23	122,4	нап.
Хлеб пшеничный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	0,62	0,06	3,96	19,28	хлеб
Итого		35,28	13,86	89,93	712,04	
Всего		65,65	97,77	206,67	1672,21	

Составил Специалист по ТП и ОП
(должность)

Каширина Я.А.
(расшифровка подписи)



Неделя: 1
День: 4

МЕНЮ 26 Июня 2025г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша молочная пшеничная (ячневая) Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Крупа пшеничная; Масло сливочное; Сахар песок	170	4,18	6,03	25,12	132,68	ТТК-№40
Повидло Состав: Повидло в ассортименте	10	0,15	1,11	0,95	16,29	джем
Кофейный напиток с молоком Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Сахар песок; Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69	ТТК-№86
Батон Состав: Батон "Особый"	40	0,85	0,33	5,87	29,94	хлеб
Итого		7,97	10,66	51,65	297,6	
Второй завтрак						
Яблоки Состав: Яблоки свежие	100	1,5	0,5	21	96	яблоки
Итого		1,5	0,5	21	96	
Обед						
Икра кабачковая Состав: Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	икра кабачковая
Суп - лапша домашняя Состав: Мука пшеничная; Морковь свежая; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Яйцо куриное	200	1,96	3,91	11,13	87,5	ТТК-№48
Кнели из кур с рисом Состав: Цыпленок - бройлер охлажденный; Крупа рис; Масло сливочное; Молоко питьевое (тетрапак)	80	12,78	14,51	5,91	205,32	ТТК-№188
Капуста тушеная Состав: Капуста свежая; Лук репчатый; Морковь свежая; Масло подсолнечное; Томатная паста; Сахар песок; Мука пшеничная	150	3,93	4,84	20,18	130,74	ТТК-№210
Соль Состав: Соль	5	-	-	-	-	соль
Напиток клюквенный Состав: Клюква; Сахар песок	180	0,1	-	18,96	73,52	ТТК-№22
Хлеб ржаной Состав: Хлеб ржаной Дарницкий йодированный	50	0,55	0,09	3,41	17,16	хлеб
Итого		20,04	26,18	64,22	561,04	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Помидоры свежие Состав: Помидоры свежие	60	0,24	-	11,94	57,6	помидор свежий
Макаронные изделия отварные Состав: Макароны; Масло сливочное	130	3,93	4,73	22,29	147,65	ТТК-№58
Тефтели рыбные Состав: Горбуша; Молоко питьевое (тетрапак); Лук репчатый; Хлеб пшеничный йодированный; Масло подсолнечное; Мука пшеничная; Масло сливочное	80	11,68	10,88	14,72	206,4	ТТК-№87
Коржик молочный Состав: Мука пшеничная; Сахар песок; Масло сливочное; Молоко питьевое (тетрапак); Яйцо куриное; Ванилин	60	4,09	7,02	40,6	242,1	ТТК-№287
Чай с сахаром Состав: Чай; Сахар песок	180	0,23	0,23	22,82	93,66	ТТК-№256
Хлеб пшеничный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	0,62	0,06	3,96	19,28	хлеб
Итого		20,79	22,92	116,33	766,69	
Всего		50,3	60,26	253,2	1721,33	

Составил Специалист по ТП и ОП
(подпись)

Каширина Я.А.
(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №13 "Родничок"
Любченко О.В.
" 19 " июня 20 25 г.

Неделя: 1
День: 5

МЕНЮ
27 Июня 2025г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша гречневая вязкая на молоке Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Крупа гречневая; Масло сливочное; Сахар песок	170	6,37	5,7	24,05	172,94	ТТК-№41
Сыр Состав: Сыр твердый (кг)	10	3,09	3,36	0,2	51,3	сыр
Чай с молоком Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Сахар песок; Чай	200	2,79	3,52	13,27	87,25	ТТК-№30
Батон Состав: Батон "Особый"	40	0,85	0,33	5,87	29,94	хлеб
Итого		13,1	12,91	43,39	341,43	
Второй завтрак						
Виноград Состав: Виноград свежий	100	1,5	0,5	21	96	виноград
Итого		1,5	0,5	21	96	
Обед						
Икра овощная (с баклажанами) Состав: Баклажаны; Морковь свежая; Помидоры свежие; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Чеснок свежий; Лимонная кислота	60	0,8	4,7	5,7	70,8	ТТК-№33
Свекольник Состав: Цыпленок - бройлер охлажденный; Свекла свежая; Картофель свежий; Лук репчатый; Морковь свежая; Сметана 15%; Масло подсолнечное; Томатная паста; Сахар песок	200	1,63	4	11,28	87,8	ТТК-№35
Рыба, запеченная в сметанном соусе Состав: Горбуша; Картофель свежий; Сметана 15%; Молоко питьевое (тетрапак); Масло сливочное; Масло подсолнечное; Сыр твердый (кг); Мука пшеничная	230	20,09	24,44	48,27	493,41	ТТК-№149
Соль Состав: Соль	5	-	-	-	-	соль
Компот из смеси сухофруктов Состав: Сухофрукты; Сахар песок; Аскорбиновая кислота (пищевая добавка)	180	0,5	-	25,1	102,41	ТТК-№255
Хлеб ржаной Состав: Хлеб ржаной Дарницкий йодированный	50	0,55	0,09	3,41	17,16	хлеб
Итого		23,57	33,23	93,76	771,58	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Вареники ленивые Состав: Творог 9%; Мука пшеничная; Сахар песок; Масло сливочное; Яйцо куриное	160	21,66	7,86	22,68	220,34	ТТК-№66
Бантики слоёные с начинкой Состав: Тесто слоеное дрожжевое; Повидло; Мука пшеничная; Масло подсолнечное; Яйцо куриное	50	4,13	8,63	17,88	158,25	ТТК-№6
Ряженка Состав: Ряженка 3,2%	180	5,22	5,76	7,2	105,6	ТТК №80
Хлеб пшеничный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	0,62	0,06	3,96	19,28	хлеб
Итого		31,63	22,31	51,72	503,47	
Всего		69,8	68,95	209,87	1712,48	

Составил Специалист по ТП и ОП
(должность)

(подпись)

Каширина Я.А.
(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №13 "Родничок"
Любченко О.В.
"19" июня 2025 г.

Неделя: 2
День: 1

МЕНЮ

30 Июня 2025г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша пшенная молочная жидкая Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Крупа пшено; Масло сливочное; Сахар песок	150	4,96	4,95	19,02	140,43	ТТК-№37
Джем Состав: Джем	10	0,15	1,11	0,95	16,29	джем
Какао с молоком Состав: Молоко питьевое (тетрапак); Сахар песок; Какао порошок	200	3,77	3,93	17,34	151,92	ТТК-№87
Батон Состав: Батон "Особый"	40	0,85	0,33	5,87	29,94	хлеб
Итого		9,73	10,32	43,18	338,58	
Второй завтрак						
Нектар фруктовый Состав: Нектар фруктовый	100	0,8	0,4	8,1	47	Сок
Итого		0,8	0,4	8,1	47	
Обед						
Салат "Оригинальный" Состав: Свекла свежая; Огурцы консервированные; Горошек зеленый консервированный; Лук репчатый; Масло подсолнечное	50	0,71	4,21	3,37	54,17	ТТК-№55
Суп картофельный с клецками Состав: Картофель свежий; Мука пшеничная; Морковь свежая; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Яйцо куриное	180	2,7	2,37	12,12	80,6	ТТК-№38
Плов по-узбекски Состав: Говядина замороженная; Морковь свежая; Крупа рис; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Томатная паста	200	10,4	11,8	18,9	245,1	ТТК-№85
Соль Состав: Соль	5	-	-	-	-	соль
Компот из кураги Состав: Курага; Сахар песок; Аскорбиновая кислота (пищевая добавка)	180	0,3	-	20,39	82,78	ТТК- №253
Хлеб ржаной Состав: Хлеб ржаной Дарницкий йодированный	50	0,55	0,09	3,41	17,16	хлеб
Итого		14,66	18,47	58,19	479,81	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Икра овощная (с кабачками) Состав: Кабачки свежие; Перец свежий; Помидоры свежие; Морковь свежая; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Лимонная кислота	60	0,87	3,51	6,07	59,35	ТТК-№32
Запеканка картофельная с печенью Состав: Картофель свежий; Печень говяжья; Лук репчатый; Масло подсолнечное; Масло сливочное; Сухари панировочные	200	14,85	17,86	29,05	336,46	ТТК-№75
Булочка "Нежная" Состав: Мука пшеничная; Молоко питьевое (тетрапак); Масло сливочное; Сахар песок; Масло подсолнечное; Дрожжи сухие	50	4,13	5,93	30,12	323	ТТК- №278
Напиток брусничный Состав: Брусника; Сахар песок	180	0,1	-	18,96	76,22	ТТК-№22
Хлеб пшеничный Состав: Хлеб пшеничный йодированный	40	0,62	0,06	3,96	19,28	хлеб
Итого		20,57	27,36	88,16	814,31	
Всего		45,76	56,55	197,63	1679,7	

Составил Специалист по ТП и ОП
(должность)

Каширина Я.А.
(расшифровка подписи)