



Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № «Аленушка»
(ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 8.09 2026 г.

День 3	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры
Завтрак для детей от 1 до 3 лет						
Каша вязкая молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом	130	3,5	4,3	23,1	148,5	№ 175
Сыр (порциями)	5	1,2	1,5	0,0	17,7	№ 7
Чай с молоком	200	2,9	2,5	15,7	97,5	№ 394
Хлеб пшеничный	15	1,1	0,1	7,3	34,4	ТТК № 6
Итого:		8,7	8,4	46,1	298,1	-
Завтрак II для детей от 1 до 3 лет						
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	85,5	№ 399
Итого:		1,0	0,2	19,6	85,5	-
Обед для детей от 1 до 3 лет						
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	30	0,5	0,1	2,7	12,9	ТТК № 1,2,3,4,5
Суп картофельный с крупой (перловой)	150	1,3	1,7	10,1	60,9	№ 80
Гречка по-купечески	130	10,2	10,4	19,8	241,0	№ 547
Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	17,4	71,7	№ 372
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	ТТК № 6
Хлеб ржаной	30	2,0	0,3	12,7	61,2	ТТК № 7
Итого:		17,0	16,2	69,7	518,7	-
Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет						
Макаронные изделия отварные с маслом и сахаром	150	5,0	4,1	30,0	175,8	№ 219
Ватрушка с творогом	55	6,6	7,3	24,2	191,4	№ 441
Чай с лимоном	180/10/5	3,9	3,3	16,6	38,7	№ 393
Итого:		20,0	16,0	68,2	405,9	-
Итого за 3 день:		46,7	40,8	203,6	1308,2	-

Шеф-повар:



Согласовано Заведующая МОУ
детского сада № «Аленушка»
(ФИО заведующего)

МЕНЮ

на 8.09 2026 г.

День 3	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша вязкая молочная из риса и пшена «Дружба» с маслом	160	4,3	5,0	28,0	178,5	№ 175
Сыр (порциями)	5	1,2	1,5	0,0	17,7	№ 7
Чай с молоком	200	2,9	2,5	15,7	97,5	№ 394
Хлеб пшеничный	35	2,6	0,2	17,1	80,4	ТТК № 6
Итого:		11,0	9,2	60,8	374,1	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	85,5	№ 399
Итого:		1,0	0,2	19,6	85,5	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
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 крупой (перловой)	180	1,8	2,0	12,2	74,3	№ 80
Гречка по-купечески	200	15,7	16,1	30,5	330,1	№ 547
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	23,2	95,6	№ 372
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
Итого:		23,3	23,7	86,7	657,0	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Макаронные изделия отварные с маслом и сахаром	180	6,0	5,0	36,0	211,0	№ 219
Чай с лимоном	180/10/5	3,9	3,3	16,6	38,7	№ 393
Ватрушка с творогом	75	9,0	10,0	33,0	261,0	№ 441
Итого:		22,4	19,4	83,3	510,7	-
Итого за 3 день:		57,7	52,5	250,4	1627,3	-

Шеф-повар: