



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № Аленушка  
(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 6.05 2026 г.

День 3	Выход г	Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры
<b>Завтрак для детей от 1 до 3 лет</b>						
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
<b>Итого:</b>		<b>8,7</b>	<b>8,4</b>	<b>46,1</b>	<b>298,1</b>	-
<b>Завтрак II для детей от 1 до 3 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 1 до 3 лет</b>						
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
<b>Итого:</b>		<b>17,0</b>	<b>16,2</b>	<b>69,7</b>	<b>518,7</b>	-
<b>Уплотненный полдник для детей от 1 до 3 лет</b>						
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
<b>Итого:</b>		<b>20,0</b>	<b>16,0</b>	<b>68,2</b>	<b>405,9</b>	-
<b>Итого за 3 день:</b>		<b>46,7</b>	<b>40,8</b>	<b>203,6</b>	<b>1308,2</b>	-

Шеф-повар:

*Горь*



Согласовано Заведующая МОУ  
детского сада № Аленушка  
(ФИО заведующего)

## МЕНЮ

на 6.05 2026 г.

День 3	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	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
<b>Итого:</b>		<b>11,0</b>	<b>9,2</b>	<b>60,8</b>	<b>374,1</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 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
<b>Итого:</b>		<b>23,3</b>	<b>23,7</b>	<b>86,7</b>	<b>657,0</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	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
<b>Итого:</b>		<b>22,4</b>	<b>19,4</b>	<b>83,3</b>	<b>510,7</b>	-
<b>Итого за 3 день:</b>		<b>57,7</b>	<b>52,5</b>	<b>250,4</b>	<b>1627,3</b>	-

Шеф-повар:

*Байра*