



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
детский сад №44 «Солнышко»  
« 11 » июня 2025 г.

Носова Е.В

### Десятидневное меню (лето – осень)

Дни					Химический состав (% откл.)
День 1	1. Каша "Дружба" ТК №72 2. Какао с молоком ТК №14/10 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13	1. Молоко ТК №5	1. Лук свежий ТК №231 2. Салат из свежих помидор с растительным маслом ТК №15/1 3. Суп картофельный с макаронными изделиями ТК № 18/2 4. Голубцы с мясом кури и рисом (ленивые) ТК №31/8 5. Соус томатный ТК №26 6. Компот из сухофруктов ТК №6/10 7. Витаминизация напитка (витамин С) 8. Хлеб пшеничный 9. Хлеб ржаной	1. Салат "Летний" ТК 16 2. Запеканка из творога ТК №9/5 3. Напиток лимонно-шиповниковый №20 4. Хлеб пшеничный.	Белк.: 52,66(-23%) Жир.: 53,247(-22%) Угл.: 208,792(-23%) Ккл.: 1475,548(-25%) Руб.: 0
День 2	1. Каша манная молочная с маслом сливочным ТК №5/4 2. Кофейный напиток с молоком ТК №13/10 3. Бутерброд с повидлом ТК№153	1. Сок фруктовый ТК №3	1. Лук свежий ТК №231 2. Салат из свежих огурцов с растительным маслом ТК №14/1 3. Борщ со сметаной ТК №2/2 4. Сложный гарнир № 77 5. Тефтеля из мяса ТК №20/8 6. Кисель плодово-ягодный ТК № 8/10/3 7. Хлеб пшеничный 8. Хлеб ржаной	1 Салат из моркови с яблоками и растительным маслом ТК №11/1 2. Ватрушка с творогом №28 3. Чай с молоком ТК №12/10 4. Хлеб пшеничный.	Белк.: 52,66(-23%) Жир.: 53,247(-22%) Угл.: 208,792(-23%) Ккл.: 1475,548(-25%) Руб.: 0

<p><b>День 3</b></p>	<p>1. Каша пшеничная молочная с маслом сливочным ТК № 11/4 2. Молоко ТК №5 3. Хлеб с маслом ТК №1/13</p>	<p>1. Снежок ТК № 6</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Суп рыбный ТК №79 3. Картофельное пюре ТК № 3/3 4. Биточки рыбные ТК №9/7 5. Кисель из сока натурального ТК №382 6. Витаминизация напитка (витамин С) 7. Хлеб пшеничный 8. Хлеб ржаной</p>	<p>2. Салат из свежих огурцов с растительным маслом ТК №14/1 3. "Королевский пирог" ТК №97 4. Чай с лимоном ТК № 11/10 5. Хлеб ржаной.</p>	<p>Белк.: 71,727(5%) Жир.: 79,672(17%) Угл.: 194,663(-28%) Ккл.: 1546,407(-22%) Руб.: 0</p>
<p><b>День 4</b></p>	<p>1. Каша ячневая молочная с маслом сливочным ТК №14/4 2. Чай с молоком ТК №12/10 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13</p>	<p>1. Молоко ТК№5</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Суп-пюре из разных овощей с гренками ТК № 86 3. Гренки из пшеничного хлеба ТК №116 4. Макароны изделия отварные ТК №43/3 5. Гуляш из курицы ТК №121 6. Компот из сухофруктов. ТК №6/10 7. Витаминизация напитка (витамин С) 8. Хлеб пшеничный 9. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом ТК №4/1 2. Пирожки печеные из дрожжевого теста (фарш картофельный с луком) ТК №454 3. Сок фруктовый ТК №3</p>	<p>Белк.: 48,066(-29%) Жир.: 59,868(-12%) Угл.: 245,103(-10%) Ккл.: 1700,032(-14%) Руб.: 0</p>
<p><b>День 5</b></p>	<p>1. Каша пшеничная молочная с маслом сливочным ТК №15/4 2. Какао с молоком ТК №14/10 3. Хлеб с маслом ТК №1/13</p>	<p>1. Напиток «Витошка Лайт»</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Рассольник ТК №92 3. Картофельное пюре ТК № 3/3 4. Биточки (котлеты) из мяса кур ТК №5/9 5. Кисель из сока натурального ТК №382 6. Витаминизация напитка (витамин С) 7. Хлеб пшеничный 8. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Фрукты в ассортименте 2. Салат из белокочанной и морской капусты ТК 21 3. Булочка творожная ТК №2/12 4. Чай с лимоном ТК № 11/10 5. Хлеб ржаной.</p>	<p>Белк.: 43,321(-36%) Жир.: 50,063(-26%) Угл.: 233,956(-14%) Ккл.: 1678,983(-15%) Руб.: 0</p>

<p><b>День 6</b></p>	<p>1. Каша рисовая молочная с маслом сливочным ТК №7/4 2. Кофейный напиток с молоком ТК №13/10 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13</p>	<p>1. Молоко ТК №5</p>	<p>1. Солянка сборная мясная ТК №88 2. Греча отварная ТК №75 3. Фрикадельки из мяса кури припущенные ТК №22/8 4. Соус молочный с овощами ТК №5/11 5. Компот из сухофруктов ТК №6/10 6. Витаминизация напитка (витамин С) 7. Хлеб пшеничный 8. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Салат из моркови с курагой ТК №46 2. Сырники из творога ТК №6/5 3. Напиток из шиповника. №15/10 4. Хлеб ржаной.</p>	<p>Белк.: 59,64(-12%) Жир.: 55,413(-19%) Угл.: 239,94(-12%) Ккл.: 1669,084(-15%) Руб.: 0</p>
<p><b>День 7</b></p>	<p>1. Каша "Ассорти" ТК №73 2. Какао с молоком ТК №14/10 3. Бутерброд с повидлом ТKN№153</p>	<p>1. Сок фруктовый ТК №3</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом ТК №7/1 3. Суп гороховый с гречками ТК №78 4. Гренки из пшеничного хлеба ТК №116 5. Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом ТК №36/8 6. Соус молочный с овощами ТК №5/11 7. Компот из свежих яблок и ягод ТК №25 8. Хлеб пшеничный 9. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом ТК №32/1 2. Турбинка. ТК 34 3. Чай с молоком 12/10 4. Хлеб ржаной.</p>	<p>Белк.: 43,321(-36%) Жир.: 50,063(-26%) Угл.: 233,956(-14%) Ккл.: 1678,983(-15%) Руб.: 0</p>
<p><b>День 8</b></p>	<p>1. Каша гречневая молочная с маслом сливочным ТК №2/4 2. Кофейный напиток с молоком ТК №13/10 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13</p>	<p>1. Молоко № 5</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Салат из белокочанной капусты и помидор. ТК№ 167 3. Уха рыбацкая ТК №30/2 4. Макароны изделия отварные ТК №43/3 5. Суфле из рыбы ТК №14/7 6. Соус молочный с овощами ТК №5/11 7. Компот из сухофруктов ТК №6/10 8. Витаминизация напитка (витамин С) 9. Хлеб пшеничный 10. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом ТК №27/1 2. Пудинг из творога ТК №17/5 3. Напиток из шиповника ТК №15/10 4. Хлеб пшеничный.</p>	<p>Белк.: 77,895(15%) Жир.: 82,137(21%) Угл.: 236,509(-13%) Ккл.: 1751,303(-11%) Руб.: 0</p>

<p><b>День 9</b></p>	<p>1. Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным ТК №8/4 2. Молоко ТК №5 3. Хлеб с маслом ТК №1/13</p>	<p>1. Чай с молоком ТК №12/10</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Суп-пюре из картофеля ТК №25/2 3. Гренки из пшеничного хлеба №116 4. Капуста тушеная. ТК № 8/3 5. Ежики из курицы . ТК №117 6. Кисель плодово-ягодный ТК № 8/10/3 7. Хлеб пшеничный 8. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Фрукты в ассортименте 2. Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом ТК №5/1 3. Булочка с сыром.ТК№188 4. Сок фруктовый ТК №3 5. Хлеб ржаной.</p>	<p>Белк.: 42,697(-37%) Жир.: 45,522(-33%) Угл.: 199,934(-26%) Ккл.: 1342,101(-32%) Руб.: 0</p>
<p><b>День 10</b></p>	<p>1. Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным ТК №18/4 2. Чай с молоком ТК №12/10 3. Хлеб с маслом и сыром ТК №4/13</p>	<p>1. Кефир ТК №8</p>	<p>1. Лук свежий ТК №231 2. Салат "Радуга" (огурец свежий, помидор, кукуруза)ТТК №28 3. Суп крестьянский с крупой и сметаной ТК №31/2 4. Гороховое пюре.№150 5. Зразы или рулет из мяса ТК №18/8 6. Компот из кураги ТК №21 7. Хлеб пшеничный 8. Хлеб ржаной</p>	<p>1. Горошек зеленый ТК № 1/1 2. Рыба по-польски ТК №106 3. Чай с лимоном ТК № 11/10 4. Печенье ТК № 39 5. Хлеб пшеничный.</p>	<p>Белк.: 74,695(10%) Жир.: 69,203(2%) Угл.: 210,06(-23%) Ккл.: 1841,509(-7%) Руб.: 0</p>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 535789110244658727404941810073550101074793265707

Владелец Носова Екатерина Владимировна

Действителен с 15.12.2025 по 15.12.2026