



3-7 (понедельник) 2



Утверждаю:  
Директор ООО «Общепит3»  
Шорохова Е.Н./

Меню безглютеновое  
На 8 декабря 2025 год  
2. Понедельник

| №<br>рец.                | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса<br>порции |              |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|--------------------------|--------------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------------|
|                          |                                                  |                 | Б            | Ж            | У             |                                           |
| 1                        | 2                                                | 4               | 6            | 8            | 10            | 12                                        |
| <b>Завтрак</b>           |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| Сб. 1996 таб 4<br>стр 14 | Каша пшенная без молока с маслом<br>растительным | 165             | 6,20         | 7,10         | 30,10         | 198,20                                    |
| Пром                     | Хлебцы безглютеновые                             | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| ТК 282(2)                | Чай с сахаром                                    | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |                                                  | <b>380</b>      | <b>8</b>     | <b>7</b>     | <b>51</b>     | <b>298,3</b>                              |
| <b>Обед</b>              |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 58 (1)                | Щи из свежей капусты с картофелем<br>без сметаны | 200             | 2,20         | 2,10         | 15,10         | 89,00                                     |
| 92 Партнер<br>2013       | Грудки куриные отварные                          | 40              | 6,30         | 6,90         | 2,30          | 55,50                                     |
| 469 Сб 1996              | Макаронные изделия безглютеновые<br>отварные     | 120             | 4,90         | 5,10         | 31,90         | 209,0                                     |
| ТК 292(2)                | Компот из сухофруктов                            | 200             | 0,3          | 0            | 14,50         | 58,70                                     |
| Пром                     | Хлебцы безглютеновые                             | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Обед</b>     |                                                  | <b>575</b>      | <b>14</b>    | <b>14</b>    | <b>68</b>     | <b>411,10</b>                             |
| <b>Полдник</b>           |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 282(2)                | Чай с сахаром                                    | 150             | 0,00         | 10,00        | 7,40          | 30,00                                     |
| Пром                     | Печенье безглютеновое                            | 25              | 1,40         | 4,15         | 16,45         | 108,75                                    |
| <b>Итого за Полдник</b>  |                                                  | <b>175</b>      | <b>1,40</b>  | <b>14,15</b> | <b>23,85</b>  | <b>138,75</b>                             |
| <b>Ужин</b>              |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| 19 партнер               | Салат из белокачанной капусты                    | 40              | 0,40         | 1,80         | 5,80          | 40,00                                     |
| ТК 139(2)                | Картофель отварной                               | 100             | 2,00         | 2,60         | 16,30         | 96,80                                     |
| ТК 282(2)                | Чай с сахаром                                    | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| Пром                     | Хлебцы безглютеновые                             | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Ужин</b>     |                                                  | <b>380</b>      | <b>7</b>     | <b>6</b>     | <b>58</b>     | <b>322</b>                                |
| <b>Итого за день</b>     |                                                  | <b>1510,00</b>  | <b>30,25</b> | <b>41,08</b> | <b>201,05</b> | <b>1170,05</b>                            |

Итого: 171-00

Бухгалтер:

Медсестра





Согласовано:  
Заведующий МАДОУ «Детский сад №5»  
Патрова Н.В./



Утверждаю:  
Директор ООО «Общепит3»  
Шорохова Е.Н./

Меню безглютеновое  
На 9 декабря 2025 год  
2. Вторник

| №<br>рец.                   | Прием пищи, наименование блюда        | Масса<br>порции |              |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------------|
|                             |                                       |                 | Б            | Ж            | У             |                                           |
| 1                           | 2                                     | 4               | 6            | 8            | 10            | 12                                        |
| <b>Завтрак</b>              |                                       |                 |              |              |               |                                           |
| 464 Сб 1996                 | Каша гречневая с маслом растит.       | 165             | 5,90         | 6,70         | 30,00         | 201,90                                    |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                  | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                         | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                       | <b>380</b>      | <b>8</b>     | <b>7</b>     | <b>51</b>     | <b>295</b>                                |
| <b>Обед</b>                 |                                       |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 62 (1)                   | Суп картофельный с безглют макаронами | 200,00          | 4,50         | 2,60         | 17,70         | 152,00                                    |
| 92 Партнер<br>2013          | Грудки куриные отварные               | 40              | 6,30         | 6,90         | 2,30          | 55,50                                     |
| ТК<br>214(2)партнер<br>2015 | Гороховое пюре                        | 130             | 11,3         | 7,9          | 8,50          | 152,5                                     |
| ТТК                         | Компот из яблок с лимоном             | 200             | 0,30         | 0,00         | 17,10         | 69,30                                     |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                  | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                       | <b>565</b>      | <b>19</b>    | <b>11</b>    | <b>67</b>     | <b>483</b>                                |
| <b>Полдник</b>              |                                       |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 282(2)                   | Сок фруктовый                         | 150             | 0,80         | 0,15         | 15,20         | 69,00                                     |
| Пром                        | Печенье безглютеновое                 | 25              | 1,40         | 4,15         | 16,45         | 108,75                                    |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                       | <b>175</b>      | <b>2</b>     | <b>4</b>     | <b>32</b>     | <b>178</b>                                |
| <b>Ужин</b>                 |                                       |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 141(2)                   | Капуста тушенная (без муки)           | 120             | 2,50         | 3,50         | 14,60         | 98,60                                     |
| Пром                        | Яблоко                                | 100             | 0,40         | 0,40         | 9,70          | 48,00                                     |
| ТК 282(2)                   | Кисель плодоягодный                   | 200             | 0,00         | 0,00         | 18,00         | 76,00                                     |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                  | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Ужин</b>        |                                       | <b>345</b>      | <b>7</b>     | <b>4</b>     | <b>51</b>     | <b>273</b>                                |
| <b>Итого за день</b>        |                                       | <b>1465,00</b>  | <b>36,15</b> | <b>27,00</b> | <b>200,85</b> | <b>1228,25</b>                            |

Итого: 171-00

Бухгалтер:

Медсестра





3-7 (среда) 2



Утверждаю:  
Директор ООО «Общепит3»  
/Шорохова Е.Н./

Меню безглютеновое  
На 10 декабря 2025 год  
2. Среда

| №<br>рец.                   | Прием пищи, наименование блюда                | Масса<br>порции |              |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|-----------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------------|
|                             |                                               |                 | Б            | Ж            | У             |                                           |
| 1                           | 2                                             | 4               | 6            | 8            | 10            | 12                                        |
| <b>Завтрак</b>              |                                               |                 |              |              |               |                                           |
| Сб 1996 табл 4              | Каша рисовая без молока с маслом растительным | 150             | 6,00         | 7,00         | 29,20         | 193,00                                    |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                          | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                                 | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                               | <b>380</b>      | <b>8</b>     | <b>7</b>     | <b>50</b>     | <b>289</b>                                |
| <b>Обед</b>                 |                                               |                 |              |              |               |                                           |
| 19 партнер                  | Салат из моркови с м/р и сахаром              | 40              | 0,40         | 1,80         | 5,80          | 40,00                                     |
| 54 Партнер<br>2013          | Борщ из свежей капусты без сметаны            | 200             | 1,20         | 4,00         | 10,30         | 83,70                                     |
| 92 Партнер<br>2013          | Грудки куриные отварные                       | 40              | 6,30         | 6,90         | 2,30          | 55,50                                     |
| ТК 293(2)                   | Каша гречневая с маслом растит                | 130             | 2,1          | 3,6          | 15,00         | 139,00                                    |
| ТК<br>292(2)партнер<br>2015 | Компот из сухофруктов                         | 200             | 0,2          | 0            | 14,50         | 58,5                                      |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                          | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                               | <b>585</b>      | <b>15</b>    | <b>13</b>    | <b>70</b>     | <b>415</b>                                |
| <b>Полдник</b>              |                                               |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                                 | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| Пром                        | Печенье безглютеновое                         | 25              | 1,40         | 4,15         | 16,45         | 108,75                                    |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                               | <b>225</b>      | <b>1,40</b>  | <b>4,15</b>  | <b>26,45</b>  | <b>148,75</b>                             |
| <b>Ужин</b>                 |                                               |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 139 (2)                  | Макаронные изделия отварные безглютеновые     | 130             | 5,00         | 4,00         | 30,20         | 176,90                                    |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                                 | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                          | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Ужин</b>        |                                               | <b>350</b>      | <b>20</b>    | <b>14</b>    | <b>49</b>     | <b>401</b>                                |
| <b>Итого за день</b>        |                                               | <b>1540,00</b>  | <b>44,35</b> | <b>38,15</b> | <b>195,45</b> | <b>1254,45</b>                            |

Итого: 171-00

Бухгалтер:

Медсестра





Меню безглютеновое  
На 11 декабря 2025 год  
2. Четверг



Утверждаю:  
Директор ООО «Общепит3»  
/Шорохова Е.Н./

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса<br>порции |              |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------|--------------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------------|
|                         |                                                  |                 | Б            | Ж            | У             |                                           |
| 1                       | 2                                                | 4               | 6            | 8            | 10            | 12                                        |
| <b>Завтрак</b>          |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| 464 Сб 1996             | Каша гречневая с маслом растит.160/5             | 165             | 5,90         | 6,70         | 30,00         | 201,90                                    |
| Пром                    | Хлебцы безглютеновые                             | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| ТК 282(2)               | Чай с сахаром                                    | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                  | <b>380</b>      | <b>8</b>     | <b>7</b>     | <b>51</b>     | <b>298</b>                                |
| <b>Обед</b>             |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| 20 Сб.<br>Делипринт     | Суп картофельный с бобовыми                      | 200             | 4,50         | 3,30         | 15,10         | 103,50                                    |
| 371 сб. шк.<br>2004     | Рыба припущенная                                 | 40              | 7,70         | 4,70         | 4,50          | 81,90                                     |
| 464 Сб 1996             | Картофельное пюре с маслом<br>растительным       | 130             | 3,3          | 4,6          | 19,00         | 128,20                                    |
| ТТК                     | Компот из яблок                                  | 200             | 0,30         | 0,00         | 17,10         | 69,30                                     |
| Пром                    | Хлебцы безглютеновые                             | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                  | <b>585</b>      | <b>24</b>    | <b>17</b>    | <b>50</b>     | <b>407</b>                                |
| <b>Полдник</b>          |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 282(2)               | Сок фруктовый                                    | 150             | 0,80         | 0,15         | 15,20         | 69,00                                     |
| Пром                    | Печенье безглютеновое                            | 25              | 1,40         | 4,15         | 16,45         | 108,75                                    |
| <b>Итого за Полдник</b> |                                                  | <b>175</b>      | <b>2</b>     | <b>4</b>     | <b>32</b>     | <b>178</b>                                |
| <b>Ужин</b>             |                                                  |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 183                  | Каша пшенная без молока с маслом<br>растительным | 150             | 6,00         | 8,00         | 29,20         | 219,10                                    |
| ТК 282(2)               | Чай с сахаром                                    | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| Пром                    | Хлебцы безглютеновые                             | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Ужин</b>    |                                                  | <b>405</b>      | <b>13</b>    | <b>10</b>    | <b>45</b>     | <b>307</b>                                |
| <b>Итого за день</b>    |                                                  | <b>1545,00</b>  | <b>47,45</b> | <b>38,20</b> | <b>177,25</b> | <b>1189,75</b>                            |

Итого: 171-00

Бухгалтер:

Медсестра



Согласовано  
Заведующий МАДОУ «Детский сад №5»  
М.А. Попкова



Меню безглютеновое  
На 12 декабря 2025 год  
2. Пятница



Утверждаю:  
Директор ООО «Общепит3»  
/Шорохова Е.Н./

| №<br>реп.                   | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса<br>порции |              |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------------|
|                             |                                                 |                 | Б            | Ж            | У             |                                           |
| 1                           | 2                                               | 4               | 6            | 8            | 10            | 12                                        |
| <b>Завтрак</b>              |                                                 |                 |              |              |               |                                           |
| ТК<br>187(2)партнер<br>2015 | Каша Дружба без молока с маслом<br>растит 160/5 | 165             | 5,10         | 6,90         | 28,10         | 193,50                                    |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                            | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                                   | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                 | <b>380</b>      | <b>7</b>     | <b>7</b>     | <b>49</b>     | <b>290</b>                                |
| <b>Обед</b>                 |                                                 |                 |              |              |               |                                           |
| ТК<br>67(1)партнер<br>2015  | Свекольник без сметаны 200                      | 200             | 1,40         | 3,60         | 10,50         | 72,10                                     |
| 92 Партнер<br>2013          | Грудки куриные отварные                         | 40              | 6,30         | 6,90         | 2,30          | 55,50                                     |
| 469 Сб 1996                 | Макаронные изделия безглютеновые<br>отварные    | 120             | 4,90         | 5,10         | 31,90         | 209,0                                     |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                            | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| ТК<br>292(2)партнер<br>2015 | Компот из сухофруктов                           | 200             | 0,2          | 0            | 14,50         | 58,5                                      |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                 | <b>565</b>      | <b>16</b>    | <b>12</b>    | <b>57</b>     | <b>392</b>                                |
| <b>Полдник</b>              |                                                 |                 |              |              |               |                                           |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                                   | 150             | 0,00         | 10,00        | 7,40          | 30,00                                     |
| Пром                        | Печенье безглютеновое                           | 25              | 1,40         | 4,15         | 16,45         | 108,75                                    |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                                 | <b>175</b>      | <b>1</b>     | <b>14</b>    | <b>24</b>     | <b>139</b>                                |
| <b>Ужин</b>                 |                                                 |                 |              |              |               |                                           |
| ТТК 21                      | Картофель по деревенски запеченный с<br>м/р     | 130             | 4,10         | 4,20         | 6,40          | 79,00                                     |
| ТК 282(2)                   | Чай с сахаром                                   | 200             | 0,00         | 0,00         | 10,00         | 40,00                                     |
| Пром                        | Хлебцы безглютеновые                            | 15              | 1,95         | 0,30         | 11,10         | 56,40                                     |
| <b>Итого за Ужин</b>        |                                                 | <b>345</b>      | <b>7</b>     | <b>4</b>     | <b>51</b>     | <b>273</b>                                |
| <b>Итого за день</b>        |                                                 | <b>1465,00</b>  | <b>31,15</b> | <b>37,65</b> | <b>181,25</b> | <b>1093,85</b>                            |

Итого: 171-00

Бухгалтер:

Медсестра