

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»
Зарубина Т.Л.



Меню на 23 апреля 2021 г.

Сад
(режим работы группы 12 ч.)

№ реп.	№ тех но- лог. кар ты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	215	Каша из пшена и риса «Дружба»	155	5,5	8,77	29,27	213,0
	62	Чай с молоком	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	50	Хлеб	40	4,5	1,7	30,8	157,2
	48	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к	Конфета	20				
итого			400	10,1	14,14	60,14	413,62
		2 Завтрак:					
	к/к	Банан	100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого			100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:					
	23	Рассольник	180	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные	70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушеная	130	3,13	5,56	14,38	120,0
	32	Компот из изюма	180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб	40	2,34	0,54	19,93	96,0
	к/к	Огурец свежий	50				
итого			650	21,55	23,06	82,39	647,9
3		Уплотненный полдник:					
	62	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	102	Вак-беляш	70	7,9	4,69	25,0	173,0
	22	Макаронные отварные с сыром	250	0,74	0,06	3,93	19,95
	50	Хлеб	30	2,34	0,54	19,93	96,0
	41	Салат из моркови	120				
итого			650	3,08	0,6	23,86	115,95
Калорийность всего за день (ккал):							
			1800	44,49	42,9	226,82	1504,69

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»
Зарубина Т.Л.



Меню на 23 апреля 2021 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ техно-лог. кар-ты	Прием пищи, вание	наимено-блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	215	Каша из пшена и риса «Дружба»		155	5,5	8,77	29,27	213,0
	62	Чай с молоком		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	50	Хлеб		40	4,5	1,7	30,8	157,2
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к	Конфета		20				
итого				400	10,1	14,14	60,14	413,62
		2 Завтрак:						
	к/к	Банан		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:						
	23	Рассольник		180	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушеная		130	3,13	5,56	14,38	120,0
	32	Компот из изюма		180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
	к/к	Огурец свежий		50				
итого				650	21,55	23,06	82,39	647,9
3		Полдник:						
	62	Чай		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	102	Вак-беляш		70	7,9	4,69	25,0	173,0
итого				250	8,86	4,92	42,72	250,32
Калорийность всего за день (ккал):				1400	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

(Handwritten signatures in blue ink)

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»
Зарубина Т.Л.

Меню на 23 апреля 2021 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч.)



№ рец.	№ тех. но-лог. кар-ты	Прием пищи, вание	наимено-блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	215	Каша из пшена и риса «Дружба»		140	5,5	8,77	29,27	213,0
	62	Чай с молоком		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	50	Хлеб		40	4,5	1,7	30,8	157,2
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к	Конфета		15				
итого				350	10,1	14,14	60,14	413,62
2		Завтрак:						
	к/к	Банан		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:						
	23	Рассольник		150	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		50	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушеная		80	3,13	5,56	14,38	120,0
	32	Компот из изюма		150	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб		20	2,34	0,54	19,93	96,0
итого				450	21,55	23,06	82,39	647,9
3		Полдник:						
	62	Чай		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	102	Вак-беляш		50	7,9	4,69	25,0	173,0
итого				200	8,86	4,92	42,72	250,32
Калорийность всего за день (ккал):				1100	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____