

Зарубина Т.Л.

Меню на 26 ноября 2021 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч.)



№ реп.	№ тех но- лог. кар ты	Прием пищи, наимено- вание	наимено- блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	215	Каша из пшена и риса «Дружба»		150	5,5	8,77	29,27	213,0
	62	Чай с молоком		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	50	Хлеб		30	4,5	1,7	30,8	157,2
	к/к	Зефир						
итого				330	10,1	14,14	60,14	413,62
		2 Завтрак:						
	к/к	Груша		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:						
	23	Рассольник с крупой		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
	349	Компот из сухофруктов		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 с сахаром		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):								
				1080	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____



Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок» _____ Т. П.

Зарубина Т.Л.

Меню на 26 ноября 2021 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)

[illegible]

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик:

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»

Зарубина Т.Л.

Меню на 26 ноября 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
	к/к	Зефир					
итого			375	10,1	14,14	60,14	413,62
		2 Завтрак:					
	к/к	Груша	100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого			100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:					
	23	Рассольник с крупой	200	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные	70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушеная	150	3,13	5,56	14,38	120,0
	349	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб	50	2,34	0,54	19,93	96,0
итого			650	21,55	23,06	82,39	647,9
3		Уплотненный полдник:					
	62	Чай с сахаром	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	102	Вак-беляш	70	7,9	4,69	25,0	173,0
	22	Макароны отварные	250	0,74	0,06	3,93	19,95
	50	Хлеб	30	2,34	0,54	19,93	96,0
	к/к	Яблоко	120				
итого			650	3,08	0,6	23,86	115,95
Калорийность всего за день (ккал):			1775	44,49	42,9	226,82	1504,69

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____