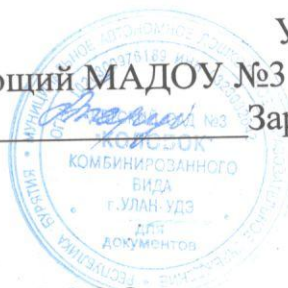


Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»
Зарубина Т.Л.




Меню на 08 апреля 2022 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, вание	наимено-блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	101	Каша из пшена и риса «Дружба»		150	5,5	8,77	29,27	213,0
	29	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						
итого				370	10,1	14,14	60,14	413,62
		2 Завтрак:						
	76	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:						
	16	Рассольник		200	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	26	Капуста тушеная		150	3,13	5,56	14,38	120,0
	32	Компот из яблок и лимона		150	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		50	2,34	0,54	19,93	96,0
итого				650	21,55	23,06	82,39	647,9
3		Полдник:						
	62	Чай		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебра		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	к/к	Банан						
итого				250	8,86	4,92	42,72	250,32
Калорийность всего за день (ккал):								
				1370	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: 

Кладовщик: 

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



Зарубина Т.Л.

Меню на 08 апреля 2022 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование	наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	101	Каша из пшена и риса «Дружба»		150	5,5	8,77	29,27	213,0
	29	Чай с молоком		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	50	Хлеб		30	4,5	1,7	30,8	157,2
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к	Конфета		10				
итого				340	10,1	14,14	60,14	413,62
2		Завтрак:						
	76	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
2		Обед:						
	16	Рассольник		150	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		50	11,92	8,80	11,64	173,0
	26	Капуста тушеная		80	3,13	5,56	14,38	120,0
	32	Компот из яблок и лимона		150	1,26	0,16	38,27	154,1
	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
	к/к	Кекс Зебра		50	7,9	4,69	25,0	173,0
	к/к	Банан						
итого				200	8,86	4,92	42,72	250,32
Калорийность всего за день (ккал):								
				1090	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: *Кладовщик*

Кладовщик: *Кладовщик*