

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



## Меню на 26 мая 2022 г.

Ясли  
(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	наиме-нование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	99	Каша пшеничная жидкая		150	8,96	8,12	0,49	110,83
	50	Хлеб		30	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	62	Чай		150	2,67	2,34	14,31	89,0
	к/к	печенье						
<b>итого</b>				350	9,99	10,41	75,57	446,08
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	65	Снежок		100	2,8	3,4	4,0	86,0
<b>итого</b>				100	2,8	3,4	4,0	86,0
<b>3</b>		<b>Обед:</b>						
	80	Суп Кудрявый		150	5,11	6,64	19,62	158,6
	59	Котлета рыбная		50	7,61	2,45	5,33	74,0
	23	Картофельное пюре		70	3,06	4,8	20,43	138,0
	67	Соус красный		10	1,16	4,2	8,01	74,5
	50	Хлеб		20	3,2	0,4	20,0	96,0
	31	Компот из сухофруктов		150	0,15	0,15	16,73	82,5
<b>итого</b>				450	20,73	22,34	96,43	670,01
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>						
	106	Пирожок с картофелем		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	30	Чай с сахаром		180	0,06	0,05	0,012	0,42
<b>итого</b>				250	7,96	4,74	25,012	173,42
Объем блюд:				1150	41,48	40,89	201,01	1375,51
<b>Итого</b>								

Калорийность всего за день (ккал):

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 26 мая 2022 г.

Сад  
(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ тех-но-лог. кар-ты	Прием пищи, наименование блюда	наиме-нование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	95	Каша рисовая жидкая		150	8,96	8,12	0,49	110,83
	50	Хлеб		30	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	62	Чай		180	2,67	2,34	14,31	89,0
	к/к	печенье						
<b>итого</b>				400	9,99	10,41	75,57	446,08
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	65	Снежок		150	2,8	3,4	4,0	86,0
<b>итого</b>				150	2,8	3,4	4,0	86,0
<b>3</b>		<b>Обед:</b>						
	80	Суп Кудрявый		180	5,11	6,64	19,62	158,6
	59	Котлета рыбная		80	7,61	2,45	5,33	74,0
	23	Картофельное пюре		130	3,06	4,8	20,43	138,0
	67	Соус красный		20	1,16	4,2	8,01	74,5
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	31	Компот из сухофруктов		180	0,18	0,18	20,07	99,0
<b>итого</b>				630	44,02	22,42	100,35	693,34
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>						
	106	Пирожок с картофелем		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	30	Чай с сахаром		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	42	Суп молочный с макаронными изделиями		200	18,05	14,26	4,58	218,0
	50	Хлеб		20	2,34	0,54	19,93	96,0
<b>итого</b>				500	29,85	20,04	70,52	583,42
Объем блюд:					Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>				1680	86,66	56,27	250,44	1808,84

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 26 мая 2022 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, название блюда	наиме-нование порции	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	95	Каша рисовая жидкая		150	8,96	8,12	0,49	110,83
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	62	Чай		180	2,67	2,34	14,31	89,0
	к/к	печенье						
<b>итого</b>				400	9,99	10,41	75,57	446,08
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	65	Снежок		100	2,8	3,4	4,0	86,0
<b>итого</b>				100	2,8	3,4	4,0	86,0
<b>3</b>		<b>Обед:</b>						
	80	Суп Кудрявый		180	5,11	6,64	19,62	158,6
	59	Котлета рыбная		80	7,61	2,45	5,33	74,0
	23	Картофельное пюре		130	3,06	4,8	20,43	138,0
	67	Соус красный		20	1,16	4,2	8,01	74,5
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	31	Компот из сухофруктов		180	0,18	0,18	20,07	99,0
<b>итого</b>				620	20,73	22,34	96,43	670,01
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>						
	106	Пирожок с картофелем		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	30	Чай с сахаром		180	0,06	0,05	0,012	0,42
<b>итого</b>				280	7,96	4,74	25,012	173,42
Объем блюд:								
<b>Итого</b>				1400	41,48	40,89	201,01	1375,51

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_