

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



Меню на 17 июня 2022 г.

Ясли

(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		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
				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
	33	Кисель		180	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:						
	30	Чай с сахаром		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебренок		70	15,87	0,95	-	72,45
итого				220	16,43	0,95	0,012	72,87
итого				220	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 _____

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



Меню на 17 июня 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
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
	33	Кисель		180	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:						
	30	Чай с сахаром		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебранок		70	15,87	0,95	-	72,45
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.



Меню на 17 июня 2022 г.

Сад
(режим работы группы 12 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:						
	101	Каша из пшена и риса «Дружба»		155	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
	итого			375	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
	33	Кисель		180	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		Уплотненный полдник:						
	30	Чай с сахаром		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебренок		70	15,87	0,95	-	72,45
	36	Макаронны отварные с маслом		250	0,74	0,06	3,93	19,95
	50	Хлеб		30	2,34	0,54	19,93	96,0
	итого			530	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: _____