

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



## Меню на 01 августа 2022 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ техно-но-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>						
	98	Каша пшенная		155	2,0	0,26	13,08	62,6
	29	Чай с лимоном		150	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб		20	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,05	3,63	0,07	33,1
<b>итого</b>				350	5,96	4,29	57,15	282,92
<b>2</b>		<b>2 Завтрак</b>						
	76	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>итого</b>				100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>3</b>		<b>Обед:</b>						
	12	Свекольник		150	2,23	1,57	16,38	88,92
	41	Шницель из говядины		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	302	Гречка отварная		130	5,73	4,06	25,76	162,5
	31	Компот из кураги		180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		30	3,2	0,4	20,0	96,0
<b>итого</b>				450	27,92	16,11	111,78	702,28
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>						
	30	Чай		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебра		70	15,87	0,95	-	72,45
<b>итого</b>				200	10,77	1,37	0,11	56,01
Объем блюд:				Калорийность всего за день (ккал):				
<b>Итого</b>				1100	45,55	21,95	186,75	1118,11

Не содержит ГМО и пищевых добавок  
Повар:

Кладовщик:

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



## Меню на 01 августа 2022 г.

Сад

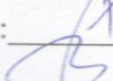
(режим работы группы 10,5 ч.)

№ 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>						
	98	Каша пшенная		155	2,0	0,26	13,08	62,6
	29	Чай с лимоном		180	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,05	3,63	0,07	33,1
<b>итого</b>				400	5,96	4,29	57,15	282,92
<b>2</b>		<b>2 Завтрак</b>						
	76	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>итого</b>				100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>3</b>		<b>Обед:</b>						
	12	Свекольник		200	2,23	1,57	16,38	88,92
	41	Шницель из говядины		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	302	Гречка отварная		130	5,73	4,06	25,76	162,5
	31	Компот из кураги		180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
<b>итого</b>				650	27,92	16,11	111,78	702,28
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>						
	30	Чай		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебра		70	15,87	0,95	-	72,45
<b>итого</b>				250	10,77	1,37	0,11	56,01
<b>Объем блюд:</b>								
<b>Итого</b>				1400	46,91	32,09	193,37	1242,38

Калорийность всего за день (ккал):

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: 

Кладовщик: 

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



## Меню на 01 августа 2022 г.

Сад

(режим работы группы 12 ч.)

№ рец.	№ техно-но-лог.карты	Прием пищи, наименование блюда	наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	98	Каша пшеничная		155	2,0	0,26	13,08	62,6
	29	Чай с лимоном		180	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,05	3,63	0,07	33,1
<b>итого</b>				400	5,96	4,29	57,15	282,92
<b>2</b>		<b>2 Завтрак</b>						
	76	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>итого</b>				100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>3</b>		<b>Обед:</b>						
	12	Свекольник		200	2,23	1,57	16,38	88,92
	41	Шницель из говядины		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	302	Гречка отварная		130	5,73	4,06	25,76	162,5
	31	Компот из кураги		180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
<b>итого</b>				650	27,92	16,11	111,78	702,28
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>						
	30	Чай		150	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Кекс Зебра		70	15,87	0,95	-	72,45
	59	Картофель запеченный, с маслом		150	1,28	0,26	10,4	49,13
	50	Хлеб		40	4,0	0,5	25,0	120,0
<b>итого</b>				500	17,45	3,01	58,55	317,61
Объем блюд:					Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>				1650	53,59	33,73	251,81	1503,98

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_