

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



Меню на 25 августа 2022 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ техно-лог.карты	Прием пищи, вание	наимено-блю-	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	10	Омлет		150	8,96	8,12	0,49	25,66
	62	Чай		150	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб		30	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)						
	к/к	Конфета		20	3,0	3,9	29,8	166,8
итого				350	12,28	8,54	60,69	162,66
2		2 Завтрак:						
	к/к	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
3		Обед:						
	37р	Суп картофельный с клецка-	ми	150	2,5	2,8	17,0	193,25
	37	Рыба под овощами		50	7,61	2,45	5,33	74,0
	24	Рис отварной		150	2,58	3,13	26,72	145,35
	31	Компот из кураги		180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		20	2,34	0,54	19,93	96,0
итого				450	19,98	13,74	70,65	542,69
4		Полдник:						
	104	Булочка с повидлом		50	4,27	0,28	25,0	126,53
	62	Чай		150	0,02	-	-	0,019
итого				200	4,29	0,28	25,0	126,55
Калорийность всего за день (ккал):								
				1100	39,35	25,96	160,34	917,9

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 25 августа 2022 г.

Сад

(режим работы группы 12 ч.)

№ рец.	№ техно-лог.к арты	Прием пищи, вание да	наимено-бло-	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	10	Омлет		150	8,96	8,12	0,49	25,66
	62	Чай		150	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)						
	к/к	Конфета		20	3,0	3,9	29,8	166,8
итого				395	12,28	8,54	60,69	162,66
2		2 Завтрак:						
	к/к	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
3		Обед:						
	37р	Суп картофельный с клецка-ми		180	2,5	2,8	17,0	193,25
	37	Рыба под овощами		50	7,61	2,45	5,33	74,0
	24	Рис отварной		150	2,58	3,13	26,72	145,35
	31	Компот из кураги		180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
итого				650	19,98	13,74	70,65	542,69
4		Уплотненный полдник:						
	104	Булочка с повидлом		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	62	Чай		180	0,02	-	-	0,019
	97	Каша гречневая		200	6,21	5,28	27,9	184,0
	50	Хлеб		30	2,4	0,3	15,0	72,0
итого				600	17,25	11,13	80,62	477,37
Калорийность всего за день (ккал):								
				1795	52,91	36,81	215,96	1268,73

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: 

Кладовщик: 

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



Меню на 25 августа 2022г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ техно-лог.карты	Прием пищи, вание да	наимено-блю-	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
1		Завтрак:						
	10	Омлет		155	8,96	8,12	0,49	25,66
	62	Чай		150	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло (порциями)						
	к/к	Конфета		20	3,0	3,9	29,8	166,8
итого				400	12,28	8,54	60,69	162,66
2		2 Завтрак:						
	к/к	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
3		Обед:						
	37р	Суп картофельный с клецка-ми		180	2,5	2,8	17,0	193,25
	37	Рыба под овощами		50	7,61	2,45	5,33	74,0
	24	Рис отварной		150	2,58	3,13	26,72	145,35
	31	Компот из кураги		180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб		30	2,34	0,54	19,93	96,0
итого				640	19,98	13,74	70,65	542,69
4		Полдник:						
	104	Булочка с повидлом		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	62	Чай		180	0,02	-	-	0,019
итого				250	7,92	4,69	25,0	173,019
Калорийность всего за день (ккал):								
				1440	39,75	30,37	160,34	964,34

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик: