



## Меню на 30 августа 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>						
	98	Каша пшеничная на молоке		175	6,04	9,96	31,32	239,34
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	62	Чай		130	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Конфета		20	3,0	3,9	29,8	166,8
<b>итого</b>				400	11,09	16,46	65,62	467,34
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	76	груша		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>						
	19	Суп манный с гречками		180	2,5	2,8	17,0	103,25
	42	Гуляш		70	18,05	14,26	4,58	218,0
	25	Макаронные отварные		150	5,5	4,57	26,44	168,0
	50	Хлеб		50	2,34	0,54	19,93	96,0
	32	Компот из изюма		180	0,44	0,02	27,76	113,0
<b>итого</b>				660	24,54	21,62	105,14	723,45
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>						
	88	Запеканка рисовая со сгущенным молоком		100	10,89	12,09	13,59	206,0
	62	Чай		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	161	Горошница		120	3,64	5,37	36,67	210,0
	50	Хлеб		30	2,34	0,54	19,93	96,0
<b>итого</b>				620	36,48	32,81	95,78	826,42
Объем блюд:					Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>				1780	76,13	74,37	277,67	2137,23

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:



## Меню на 30 августа 2022 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 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>						
	98	Каша пшеничная на молоке		175	6,04	9,96	31,32	239,34
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	62	Чай		130	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Конфета		20	3,0	3,9	29,8	166,8
<b>итого</b>				400	11,09	16,46	65,62	467,34
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	76	груша		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>						
	19	Суп манный с гречками		180	2,5	2,8	17,0	103,25
	42	Гуляш		70	18,05	14,26	4,58	218,0
	25	Макаронные отварные		130	5,5	4,57	26,44	168,0
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
	32	Компот из изюма		180	0,44	0,02	27,76	113,0
<b>итого</b>				620	24,54	21,62	105,14	723,45
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>						
	88	Запеканка рисовая со сгущенным молоком		100	10,89	12,09	13,59	206,0
	62	Чай		180	0,06	0,05	0,012	0,42
<b>итого</b>				280	10,95	12,14	13,6	206,42
Объем блюд:					Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>				1400	49,38	53,62	188,36	1483,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

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



## Меню на 30 августа 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>						
	98	Каша пшеничная на молоке		175	6,04	9,96	31,32	239,34
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	62	Чай		130	0,06	0,05	0,012	0,42
	к/к	Конфета		20	3,0	3,9	29,8	166,8
<b>итого</b>				350	11,09	16,46	65,62	467,34
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	76	груша		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>						
	19	Суп манный с гречками		150	2,5	2,8	17,0	103,25
	42	Гуляш		70	18,05	14,26	4,58	218,0
	25	Макароны отварные		70	5,5	4,57	26,44	168,0
	50	Хлеб		20	2,34	0,54	19,93	96,0
	32	Компот из изюма		150	0,44	0,02	27,76	113,0
<b>итого</b>				450	24,54	21,62	105,14	723,45
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>						
	88	Запеканка рисовая со сгущенным молоком		100	10,89	12,09	13,59	206,0
	62	Чай		130	0,06	0,05	0,012	0,42
<b>итого</b>				230	10,95	12,14	13,6	206,42
<b>Объем блюд:</b>					<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>			
<b>Итого</b>				1130	49,38	53,62	188,36	1483,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик: