

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



## Меню 27 декабря 2022 г.

Если  
(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>						
	93	Каша кукурузная		155	0,83	0,12	7,1	32,8
	50	Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	10,0	48,00
	48	Масло порциями		5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай		150	0,02	-	-	0,019
<b>итого</b>				350	3,38	10,03	46,85	289,12
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	к/к	Компот консервированный		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>						
	15	Суп гороховый		150	2,2	2,11	6,61	59,3
	24	Пюре картофельное		80	2,58	3,13	26,72	145,35
	7.18	Суфле из печени		70	15,5	7,0	5,3	161,6
	354	Соус сметанный		30	0,42	1,22	1,76	22,2
	31	Кисель		180	0,08	-	29,85	120,45
	50	Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	10,0	48,00
<b>итого</b>				480	21,3	11,49	90,92	526,25
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>						
	88	Запеканка рисовая со сгущенным молоком		70	22,5	13,2	37,8	360,9
	62	Чай		150	0,02	-	-	0,019
<b>итого</b>				220	11,84	6,37	1,42	219,92
Объем блюд:					Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>				1150	39,32	31,29	143,19	1121,29

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

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



## Меню 27 декабря 2022 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно-но-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	наиме- Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	93	Каша кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло порциями	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
<b>итого</b>			400	4,98	10,23	56,85	337,12
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>					
	к/к	Компот консервированный	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>					
	15	Суп гороховый	200	2,2	2,11	6,61	59,3
	24	Пюре картофельное	150	2,58	3,13	26,72	145,35
	7.18	Суфле из печени	70	15,5	7,0	5,3	161,6
	354	Соус сметанный	30	0,42	1,22	1,76	22,2
	31	Кисель	180	0,08	-	29,85	120,45
	50	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,0	96,0
<b>итого</b>			650	22,0	11,59	93,22	574,25
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>					
	88	Запеканка рисовая со сгущенным молоком	100	22,5	13,2	37,8	360,9
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
<b>итого</b>			280	11,84	6,37	1,42	219,92
Объем блюд:				Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>			1430	41,62	31,59	155,49	1217,28

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 27 декабря 2022 г.

Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ техно-лог.карты	Прием пищи, наименование блюда	наиме-на	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	93	Каша кукурузная		155	0,83	0,12	7,1	32,8
	50	Хлеб пшеничный		40	3,2	0,4	20,0	96,0
	48	Масло порциями		5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай		180	0,02	-	-	0,019
<b>итого</b>				400	4,98	10,23	56,85	337,12
<b>2</b>		<b>Завтрак</b>						
	к/к	Компот консервированный		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>						
	15	Суп гороховый		200	2,2	2,11	6,61	59,3
	24	Пюре картофельное		150	2,58	3,13	26,72	145,35
	7.18	Суфле из печени		70	15,5	7,0	5,3	161,6
	354	Соус сметанный		30	0,42	1,22	1,76	22,2
	31	Кисель		180	0,08	-	29,85	120,45
	50	Хлеб пшеничный		50	3,2	0,4	20,0	96,0
<b>итого</b>				660	22,0	11,59	93,22	574,25
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>						
	88	Запеканка рисовая со сгущенным молоком		100	22,5	13,2	37,8	360,9
	62	Чай		180	0,02	-	-	0,019
	110	Омлет с сыром		150	3,29	10,01	22,71	218,0
	50	Хлеб пшеничный		50	4,0	0,5	25,0	120,0
<b>итого</b>				480	30,94	21,39	47,91	533,57
Объем блюд:					Калорийность всего за день (ккал):			
<b>Итого</b>				1640	60,72	46,61	201,98	1530,94

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_