

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

# Меню на 2 мая 2023 г.

Сад  
(режим работы группы 12 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	95	Каша рисовая	155	3,2	0,2	14	67,1
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	62	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	49	Сыр	15	3,48	4,43	-	54,0
Итого			395				
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
Итого			180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	13	Свекольник	180	1,92	6,33	10,05	104,12
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Шницель мясной	70	11,92	8,8	11,64	173,0
	67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
	32	Компот	180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	15	72,0
	к/к	Горошек	40	1,57	5,08	3,9	67,0
Итого			660				
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>					
	10	Омлет	70	9,28	18,03	1,86	193,0
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72,0
	56	Картофель, запеченный	100	1,28	0,26	10,4	49,13
	к/к	Фрукт	180				
Итого			560				

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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

Меню на 2 мая 2023 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	95	Каша рисовая	155	3,2	0,2	14	67,1
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	62	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	49	Сыр	15	3,48	4,43	-	54,0
итого			395				
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
итого			180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	13	Свекольник	180	1,92	6,33	10,05	104,12
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Шницель мясной	70	11,92	8,8	11,64	173,0
	67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
	32	Компот	180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	15	72,0
	к/к	Горошек	40	1,57	5,08	3,9	67,0
итого			660				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	10	Омлет	70	9,28	18,03	1,86	193,0
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72,0
	к/к	Фрукт	100				
итого			380				

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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

## Меню на 2 мая 2023 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	95	Каша рисовая	150	3,2	0,2	14	67,1
	70	Батон	30	2,4	0,3	15	72
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	150	3,59	0,29	0,06	17,21
	49	Сыр	10	3,48	4,43	-	54,0
<b>итого</b>			345				
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	150	0,9	0,18	17,71	76,9
<b>итого</b>			150				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	12	Свекольник	150	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Гречка отварная	70	5,73	04,06	25,76	162,5
	41	Шницель мясной	50	3,16	2,79	18,03	102,6
	67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	745
	32	Компот	150	0,33	0,015	20,82	84,75
	50	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48,0
			450				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	10	Омлет	60	7,52	13,46	1,57	157,0
	62	Чай	130	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Хлеб	20	1,6	0,2	10	48,0
	к/к	Фрукт	100				
<b>итого</b>			310				

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_