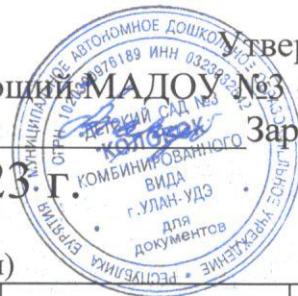


Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»
Зарубина Т.Л.

Меню на 3 июля 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	(ккал)
1		Завтрак:					
	94	Каша манная	175	1,65	0,16	11,3	53,28
	70	Батон	20	1,6	0,2	10	48
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	150	0,02	-	-	0,019
					-		
итого			360	3,32	3,99	21,37	134,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	150				
итого			150				
3		Обед:					
	15	Суп Гороховый	150	2.2	2.11	6.61	59.3
	27	Гречка отварная	80	5.73	04.06	25.76	162.5
	174	Тефтеля из говядины	50	10,46	8,89	8,7	156,99
	67	Соус красный	10	11,62	42,03	42,03	80,18
	30	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
итого			450				
4		Полдник:					
	21	Суп молочный	150				
	62	Чай	100	3	3,2	4,7	60
итого	50	Хлеб	30	3	3,2	4,7	60
	к/к	Фрукт	100				

Повар: 

Кладовщик: 

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

Меню на 3 июля 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	
1		Завтрак:					
	94	Каша манная	175	1,65	0,16	11,3	53,28
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	итого		415	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
	итого		180				
3		Обед:					
	15	Суп Гороховый	180	2,2	2,11	6,61	59,3
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	174	Тефтеля из говядины	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	30	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	итого		660				
4		Полдник:					
	21	Суп молочный	200				
	62	Чай	180	3	3,2	4,7	60
	итого	Хлеб	50	3	3,2	4,7	60
		Фрукт	100				

Повар:

Кладовщик:

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

Меню на 3 июля 2023

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	
1		Завтрак:					
	94	Каша манная	200	1,65	0,16	11,3	53,28
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			400	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	15	Суп Гороховый	180	2,2	2,11	6,61	59,3
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	174	Тефтеля из говядины	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	30	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
итого			660				
4		Уплотненный полдник:					
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	21	Суп молочный	150	3	3,2	4,7	60
	25	Макароны	130	0,67	0,13	5,43	25,66
	42	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	к/к	Фрукт	120				
итого			690	21,87	16,63	30,13	357,41

Повар:

Вар

Кладовщик:

[Signature]