

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



Меню на 25 сентября 2023 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	(ккал)
1		Завтрак:					
	93	Каша кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	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
	к/к	Кондитерское изделие	10		-		
итого			360	3,32	3,99	21,37	134,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	150				
итого			150				
3		Обед:					
	13	Суп Щи	150	2,23	1,57	16,38	88,92
	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
	31	Компот	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	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				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: Зарубина Т.Л.

Кладовщик: Зарубина Т.Л.

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



Меню на 25 сентября 2023 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименова-ние блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	93	Каша кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	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
	к/к	Кондитерское изделие	15				
итого			415	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	13	Суп Щи	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	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
	31	Компот	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	к/к	Огурец	40				
итого			660				
4		Полдник:					
	21	Суп молочный	200				
	62	Чай	180	3	3,2	4,7	60
итого	50	Хлеб	50	3	3,2	4,7	60
		Фрукт	100				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: З.М.

Кладовщик: Л.



Меню на 25 сентября 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	
1		Завтрак:					
	93	Каша кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	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
	к/к	Кондитерское изделие	15				
итого			400	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	13	Суп Щи	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	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
	31	Компот	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	к/к	Огурец	40	2,6	3,8	14,2	56
итого			660				
4		Уплотненный полдник:					
	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			560	21,87	16,63	30,13	357,41

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик: