

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



Меню на 27 декабря 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:					
	97	Каша геркулесовая на молоке	150	2,21	1,12	11,12	63,36
	70	Батон	30	2,4	0,3	15	72
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	49	Сыр	15				
итого			420	4,68	5,05	26,19	168,479
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	20	Суп Овощной	180	4,41	10,39	25,72	215,46
	25	Макароны	130	2,58	3,13	26,72	145,35
	41	Гуляш	80	9,92	15,52	0	186,4
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			650				
4		Полдник:					
	к/к	Биточек манный с вареньем	150	7,3	4,7	1,46	112,69
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			330	7,32	4,7	1,46	112,709

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 27 декабря 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:					
	97	Каша геркулесовая на молоке	150	2,21	1,12	11,12	63,36
	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
	49	Сыр	15				
итого			375	5,48	4,75	31,19	192,479
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	20	Суп Овощной	180	4,41	10,39	25,72	215,46
	25	Макароны	130	2,58	3,13	26,72	145,35
	41	Гуляш	80	9,92	15,52	0	186,4
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			650				
4		Уплотненный полдник:					
	к/к	Биточек манный с вареньем	150	7,3	4,7	1,46	112,69
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	10	Омлет	100	10,35	0,72	21,65	134,55
	49	Сыр	20	15	12,9	-	175,75
	50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
итого			590	35,87	18,32	43,11	519,009

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 27 декабря 2023 г.

Ясли

(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:					
	97	Каша геркулесовая на молоке	150	2,21	1,12	11,12	63,36
	70	Батон	30	2,4	0,3	15	72
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	49	Сыр	10				
итого			375	4,68	5,05	26,19	168,479
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	150				
итого			150				
3		Обед:					
	20	Суп Овощной	150	3,68	8,65	21,43	179,55
	25	Макароны	70	2,58	3,13	26,72	145,35
	41	Гуляш	50	11,92	8,8	11,64	173
	31	Компот	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	50	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
			40				
			480				
4		Полдник:					
	к/к	Биточек манный с варенье-м	70	5,59	5,59	39,6	229,99
	62	Чай	130	0,02	-	-	0,019
итого			200	5,61	5,59	39,6	230,009

Повар: _____

Кладовщик: _____