

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



Меню на 11 апреля 2024 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:					
	102	Каша Рябушка на молоке	175	1,08	0,15	11,4	51,28
	50	Хлеб пшеничный	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	20				
итого			400	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	65	Кисломолочный продукт	180				
итого			180				
3		Обед:					
	37	Суп с клецками	180				
	23	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	151,11
	37	Тефтеля из рыбы	80	09,05	7,95	11,29	152,4
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			680				
4		Уплотненный полдник:					
	104	Пирожок	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	30	Чай с сахаром	180	0,06		0,01	0,57
	21	Суп молочный	200	2,1	2,45	3,29	44,1
	50	Хлеб	20	1,6	0,2	10	48
	к/к	Фрукт	100				
итого			570	14	9,03	41,5	315,87

Повар: _____

Кладовщик: _____