

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

## Меню на 20 мая 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	
<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				
	62	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	49	Сыр	20				
Итого			400	9,99	0,49	34,06	180,31
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	180				
Итого			180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	16	Свекольник	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Шницель мясной	70	3,16	2,79	18,03	102,6
	67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
	31	Компот	180	0,14	0	53,73	216,81
	50	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
Итого			650				
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>					
	21	Суп молочный	150	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72
	56	Картофель, запеченный	100	1,28	0,26	10,4	49,13
Итого			640	12,91	8,85	26	234,34

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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

# Меню на 20 мая 2024 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				
	62	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	49	Сыр	20				
ИТОГО			395	9,99	0,49	34,06	180,31
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	180				
ИТОГО			180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	16	Свекольник	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Шницель мясной	70	3,16	2,79	18,03	102,6
	67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
	31	Компот	180	0,14	0	53,73	216,81
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			660				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	21	Суп молочный	70	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72
ИТОГО			380	11,63	8,59	15,6	185,21

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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

## Меню на 20 мая 2024 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	15				
<b>итого</b>			345	9,24	4,42	29,13	189,41
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	150				
<b>итого</b>			150				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	16	Свекольник	150	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Гречка отварная	120	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
	31	Компот	150	0,14	0	53,73	216,81
	50	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
			500				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	21	Суп молочный	50	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	130	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Хлеб	20	1,6	0,2	10	48
<b>итого</b>			300	10,83	8,49	10,6	161,21

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_