

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



Меню на 3 июня 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:					
	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
	к/к	кондитерское изделие	20				
ИТОГО			400	9,99	0,49	34,06	180,31
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	16	Борщ	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				
4		Уплотненный полдник:					
	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 3 июня 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	
1		Завтрак:					
	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
	к/к	кондитерское изделие	20				
Итого			395	9,99	0,49	34,06	180,31
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
Итого			180				
3		Обед:					
	16	Борщ	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				
4		Полдник:					
	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: _____

Меню на 3 июня 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	
1		Завтрак:					
	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
	к/к	кондитерское изделие	15				
итого			345	9,24	4,42	29,13	189,41
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	150				
итого			150				
3		Обед:					
	16	Борщ	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				
4		Полдник:					
	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
итого			300	10,83	8,49	10,6	161,21

Повар: _____

Кладовщик: _____