

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



## Меню 30 августа 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>                |              |                      |      |       |                          |
|              | 96                 | Каша гречневая                 | 200          | 8,96                 | 8,12 | 0,49  | 110,83                   |
|              | 70                 | Батон                          | 50           | 9,88                 | 1,25 | 60,38 | 293,75                   |
|              | 48                 | Масло                          | 5            |                      |      |       |                          |
|              | 62                 | Чай                            | 180          | 0,27                 | 0,17 | 0,11  | 3,21                     |
|              | 49                 | Сыр                            | 20           |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 450          | 19,11                | 9,54 | 60,98 | 407,79                   |
| <b>2</b>     |                    | <b>2 завтрак:</b>              |              |                      |      |       |                          |
|              | 76                 | Сок фруктовый                  | 180          |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 180          |                      |      |       |                          |
| <b>3</b>     |                    | <b>Обед:</b>                   |              |                      |      |       |                          |
|              | 19                 | Харчо                          | 180          | 3,93                 | 1,98 | 14,68 | 92,56                    |
|              | 25                 | Макароны отварные              | 130          | 3                    | 2,98 | 12,66 | 90,55                    |
|              | 41                 | Гуляш                          | 70           | 11,92                | 8,8  | 11,64 | 173                      |
|              | 31                 | Компот                         | 180          | 0,14                 | 0    | 53,73 | 216,81                   |
|              | 50                 | Хлеб пшеничный                 | 40           | 3,2                  | 0,4  | 20    | 96                       |
| <b>итого</b> |                    |                                | 600          |                      |      |       |                          |
| <b>4</b>     |                    | <b>Полдник:</b>                |              |                      |      |       |                          |
|              | к/к                | Коржик                         | 70           | 15,87                | 0,95 | -     | 72,45                    |
|              | 31                 | Чай                            | 180          | 0,06                 |      | 0,01  | 0,57                     |
|              |                    |                                | 100          |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 250          | 15,93                | 0,95 | 0,01  | 73,02                    |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню 30 августа 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>                |              |                      |      |       |                          |
|              | 96                 | Каша гречневая                 | 200          | 8,96                 | 8,12 | 0,49  | 110,83                   |
|              | 70                 | Батон                          | 50           | 9,88                 | 1,25 | 60,38 | 293,75                   |
|              | 48                 | Масло                          | 5            |                      |      |       |                          |
|              | 62                 | Чай                            | 180          | 0,27                 | 0,17 | 0,11  | 3,21                     |
|              | 49                 | Сыр                            | 20           |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 450          | 19,11                | 9,54 | 60,98 | 407,79                   |
| <b>2</b>     |                    | <b>2 завтрак:</b>              |              |                      |      |       |                          |
|              | 76                 | Сок фруктовый                  | 180          |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 180          |                      |      |       |                          |
| <b>3</b>     |                    | <b>Обед:</b>                   |              |                      |      |       |                          |
|              | 19                 | Харчо                          | 180          | 3,93                 | 1,98 | 14,68 | 92,56                    |
|              | 25                 | Макароны отварные              | 130          | 3                    | 2,98 | 12,66 | 90,55                    |
|              | 41                 | Гуляш                          | 70           | 11,92                | 8,8  | 11,64 | 173                      |
|              | 31                 | Компот                         | 180          | 0,14                 | 0    | 53,73 | 216,81                   |
|              | 50                 | Хлеб пшеничный                 | 40           | 3,2                  | 0,4  | 20    | 96                       |
| <b>итого</b> |                    |                                | 600          |                      |      |       |                          |
| <b>4</b>     |                    | <b>Полдник:</b>                |              |                      |      |       |                          |
|              | к/к                | Коржик                         | 70           | 15,87                | 0,95 | -     | 72,45                    |
|              | 31                 | Чай                            | 180          | 0,06                 |      | 0,01  | 0,57                     |
|              |                    |                                | 100          |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 250          | 15,93                | 0,95 | 0,01  | 73,02                    |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 30 августа 2024г.

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>                |              |                      |      |       |                          |
|              | 96                 | Каша гречневая                 | 200          | 8,96                 | 8,12 | 0,49  | 110,83                   |
|              | 70                 | Батон                          | 50           | 9,88                 | 1,25 | 60,38 | 293,75                   |
|              | 48                 | Масло                          | 5            |                      |      |       |                          |
|              | 62                 | Чай                            | 150          | 0,27                 | 0,17 | 0,11  | 3,21                     |
|              | 49                 | Сыр                            | 20           |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 420          | 19,11                | 9,54 | 60,98 | 407,79                   |
| <b>2</b>     |                    | <b>2 завтрак:</b>              |              |                      |      |       |                          |
|              | 76                 | Сок фруктовый                  | 180          |                      |      |       |                          |
| <b>итого</b> |                    |                                | 180          |                      |      |       |                          |
| <b>3</b>     |                    | <b>Обед:</b>                   |              |                      |      |       |                          |
|              | 19                 | Харчо                          | 180          | 3,93                 | 1,98 | 14,68 | 92,56                    |
|              | 25                 | Макароны отварные              | 130          | 3                    | 2,98 | 12,66 | 90,55                    |
|              | 41                 | Гуляш                          | 80           | 11,92                | 8,8  | 11,64 | 173                      |
|              | 31                 | Компот                         | 180          | 0,14                 | 0    | 53,73 | 216,81                   |
|              | 50                 | Хлеб пшеничный                 | 50           | 3,2                  | 0,4  | 20    | 96                       |
| <b>итого</b> |                    |                                | 620          |                      |      |       |                          |
| <b>4</b>     |                    | <b>Уплотненный полдник:</b>    |              |                      |      |       |                          |
|              | к/к                | Коржик                         | 70           | 15,87                | 0,95 | -     | 72,45                    |
|              | 31                 | Чай                            | 180          | 0,06                 |      | 0,01  | 0,57                     |
|              | к/к                | Картофель запеченный           | 180          | 2,4                  | 0,3  | 15    | 72                       |
| <b>итого</b> |                    |                                | 610          | 20,36                | 1,66 | 31,52 | 223,01                   |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_