

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



Меню 27 сентября 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: | | | | | |
| | 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 | | | | |
| итого | | | 450 | 19,11 | 9,54 | 60,98 | 407,79 |
| 2 | | 2 завтрак: | | | | | |
| | 76 | Сок фруктовый | 180 | | | | |
| итого | | | 180 | | | | |
| 3 | | Обед: | | | | | |
| | 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 |
| итого | | | 600 | | | | |
| 4 | | Полдник: | | | | | |
| | к/к | Кекс | 70 | 15,87 | 0,95 | - | 72,45 |
| | 31 | Чай | 180 | 0,06 | | 0,01 | 0,57 |
| | | | 100 | | | | |
| итого | | | 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 27 сентября 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: | | | | | |
| | 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 | | | | |
| итого | | | 450 | 19,11 | 9,54 | 60,98 | 407,79 |
| 2 | | 2 завтрак: | | | | | |
| | 76 | Сок фруктовый | 180 | | | | |
| итого | | | 180 | | | | |
| 3 | | Обед: | | | | | |
| | 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 |
| итого | | | 600 | | | | |
| 4 | | Полдник: | | | | | |
| | к/к | Кекс | 70 | 15,87 | 0,95 | - | 72,45 |
| | 31 | Чай | 180 | 0,06 | | 0,01 | 0,57 |
| | | | 100 | | | | |
| итого | | | 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 27 сентября 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: | | | | | |
| | 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 | | | | |
| итого | | | 420 | 19,11 | 9,54 | 60,98 | 407,79 |
| 2 | | 2 завтрак: | | | | | |
| | 76 | Сок фруктовый | 180 | | | | |
| итого | | | 180 | | | | |
| 3 | | Обед: | | | | | |
| | 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 |
| итого | | | 620 | | | | |
| 4 | | Уплотненный полдник: | | | | | |
| | к/к | Кекс | 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 |
| итого | | | 610 | 20,36 | 1,66 | 31,52 | 223,01 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____