

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 2 «Колобок»
Зарубина Т.Л.



Меню на 31 октября 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: | | | | | |
| | 102 | Каша Рябушка | 155 | 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 | Йогурт | 180 | | | | |
| итого | | | 180 | | | | |
| 3 | | Обед: | | | | | |
| | 37 | Суп с клецками | 180 | | | | |
| | 23 | Пюре картофельное | 130 | 2,85 | 7,12 | 18,8 | 151,11 |
| | 37 | Рыба под овощами | 120 | 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 | | | 660 | | | | |
| 4 | | Полдник: | | | | | |
| | 104 | Пирожок | 70 | 10,24 | 6,38 | 28,2 | 223,2 |
| | 30 | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | | 0,01 | 0,57 |
| | | фрукт | | | | | |
| итого | | | 350 | 10,3 | 6,38 | 28,21 | 223,77 |

Повар: _____

Кладовщик: _____

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»

Зарубина Т.Л.



Меню на 31 октября 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 | 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 | Йогурт | 180 | | | | |
| итого | | | 180 | | | | |
| 3 | | Обед: | | | | | |
| | 37 | Суп с клецками | 180 | | | | |
| | 23 | Пюре картофельное | 130 | 2,85 | 7,12 | 18,8 | 151,11 |
| | 37 | Рыба под овощами | 120 | 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 |
| | | фрукт | | | | | |
| итого | | | 570 | 14 | 9,03 | 41,5 | 315,87 |

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 31 октября 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: | | | | | |
| | 102 | Каша Рябушка | 155 | 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 | Йогурт | 180 | | | | |
| итого | | | 180 | | | | |
| 3 | | Обед: | | | | | |
| | 37 | Суп с клецками | 180 | | | | |
| | 23 | Пюре картофельное | 130 | 2,85 | 7,12 | 18,8 | 151,11 |
| | 37 | Рыба под овощами | 120 | 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 | | | 660 | | | | |
| 4 | | Полдник: | | | | | |
| | 104 | Пирожок | 70 | 10,24 | 6,38 | 28,2 | 223,2 |
| | 30 | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | | 0,01 | 0,57 |
| | | фрукт | | | | | |
| итого | | | 350 | 10,3 | 6,38 | 28,21 | 223,77 |

Повар: _____

Кладовщик: _____