

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



## Меню на 4 Апреля 2025г

### Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность (ккал)
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
215	Каша Гречневая	150	8,96	8,12	0,49	110,83
	Батон	50	3	1,1	28,7	45
33	Чай	150	2,72	12,96	12,96	89
	Масло	5	3,94	3,26	16,458	33,1
<b>итого</b>		355	18,62	25,44	58,608	277,93
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
146	Борщ со сметаной	200	3,93	1,98	14,68	92,56
	Макароны	130	2,725	5,061	22,468	146,5
41	Гуляш из говядины	70	8,93	6,74	8,97	132
34	Кисель	200	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
		630	17,325	14,021	57,018	635,87
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Булочка сахарная	70	0,14	0,04	0,9	216,81
	Картофель запеченный с маслом	200	15,89	1,95	3,11	115,4
к/к	Хлеб	40	2,34	13,24	0,54	96
31	Чай	150	0,04	0,01	6,99	0,019
	Фрукт	70	0,001	0,001	0,015	0,095
<b>итого</b>		530	18,411	15,241	11,555	428,324
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1665	64,27	70,2	204,6	1370,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»  
Зарубина Т.Л.



## Меню на 4 Апреля 2025г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ р/р	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
	<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	215	Каша Гречневая	130	8,96	8,12	0,49	110,83
		Масло	5	3,94	3,26	16,458	112,1
		Батон	50	3	1,1	28,7	96
	33	Чай	150	2,72	12,96	12,96	89
	<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
		Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
	<b>итого</b>		150				
	<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	146	Борщ со сметаной	200/8	3,93	1,98	14,68	92,56
	321	Перловка отварная	130	3	2,98	12,66	90,55
	41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	34	Кисель	200	0,14	0,04	0,9	216,81
		Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
	<b>итого</b>		450	21,33	27,04	40,42	668,92
	<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
		Булочка сахарная	70	0,14	0,04	0,9	216,81
	132	Чай	200	0,3	0	15,2	0,019
		Фрукт	70	2,34	13,24	0,54	96
	<b>итого</b>		340	2,78	13,28	16,64	312,829
Калорийность всего за день (ккал):							
			1365	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 4 Апреля 2025г. Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
215	Каша Гречневая	175	8,96	8,12	0,49	110,83
	Масло	30	3,94	3,26	16,458	33,1
	Батон	50	3	1,1	28,7	96
	Чай	180	0,27	0,17	0,11	89
<b>итого</b>		455				
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
146	Борщ	200	3,93	1,98	14,68	92,56
321	Перловка отварная	130	3	2,98	12,66	90,55
41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
34	Кисель	200	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	40	2,34	13,24	0,54	96,3
<b>итого</b>		640	21,33	27,04	40,42	668,92
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
99	Булочка сахарная	70	15,87	0,95	2,87	245
	Чай	200	0,3	0	15,2	0,019
	Картофель запеченный с маслом	200				
к/к	Хлеб	40	2,34	13,24	0,54	96,3
125	Фрукт	80	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		590	22,86	18,99	52,13	429,519
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						<b>1681</b>
		1835	75,03	88,99	203,1	91808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

58,92

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.



## Меню на 4 Апреля 2025г Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
215	Каша Гречневая	130	8,96	8,12	0,49	110,83
	Масло	5	3,94	3,26	16,458	112,1
	Батон	50	3	1,1	28,7	96
33	Чай	150	2,72	12,96	12,96	89
<b>итого</b>		425	18,62	25,44	58,608	407,93
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
146	Борщ	180/8	3,93	1,98	14,68	92,56
321	Макароны	70	3	2,98	12,66	90,55
41	Гуляш из говядины	60	11,92	8,8	11,64	173
34	Кисель	180	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	40	2,34	13,24	0,54	96
<b>итого</b>		350	21,33	27,04	40,42	668,92
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Булочка сахарная	70	0,14	0,04	0,9	216,81
132	Чай	180	0,3	0	15,2	0,019
	Фрукт	70	2,34	13,24	0,54	96
<b>итого</b>		320	2,78	13,28	16,64	312,829
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1245	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_