

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



Меню на 9 Апреля 2025г Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность (ккал)
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	155	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10				
итого		390	6,87	11,93	30,07	255,819
2	2 завтрак:					
	Снежок	150	0,5	0	12,7	55
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	180/8	5,16	5,04	8,6	100
26	Макаронны отварные	130	2,9	03.01	14,1	89,6
277	Гуляш из говядины	60	15	12,9	3.1	125,3
32	Компот из сухофруктов	180	0,33	0,015	20,82	84,75
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
итого		410	24,99	18,69	56,62	447,65
4	Полдник:					
264	Омлет	80	2,8	0,3	19,02	92,09
	Картофель запеченный	150	10,35	0,72	21,65	134,55
	Сосиска отварная	50				
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
33	Чай	180	3,15	2,72	31,98	89
	Фрукт	80				
	Вафля	25				
итого		605	17,9	3,94	82,65	411,64
Калорийность всего за день (ккал):						
		1555				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 9 Апреля 2025г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,05	3,63	0,07	33,1
	Сыр	10				
итого		605	8,52	15,76	40,14	336,919
2	2 завтрак:					
	Снежок	150	0,7	0	19	82,5
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	200	6,2	6	10,3	180
26	Макаронны отварные	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Гуляш из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0.7	0.09	21.26	96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
итого		640	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Омлет	100	3,9	0,4	26,6	128,63
	Хлеб	40				
	Чай	200	0,27	0,17	0,11	3,21
	Фрукт	80				
	Вафля	25				
итого		445	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1840				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 9 Апреля 2025г

Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10				
итого		425	8,47	12,13	40,07	303,819
2	2 завтрак:					
	Снежок	150	0,7	0	19	82,5
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	200	6,2	6	10,3	180
26	Макароны отварные	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Гуляш из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0.7	0.09	21,26	96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
итого		640				
4	Уплотненный полдник:					
	Омлет	100	10,5	1,2	-	52,8
33	Чай	200	3,67	3,19	15,82	107
	Картофель запеченый	150				
260	Сосиска отварная	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Фрукт	80				
	Вафля	25				
итого		665	29,84	14,64	195,82	323,76
Калорийность всего за день (ккал):						
		1880				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 9 Апреля 2025г Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10				
итого		425	8,47	12,13	40,07	303,819
2	2 завтрак:					
	Снежок	150	0,7	0	19	82,5
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	200	6,2	6	10,3	180
26	Макаронны отварные	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Гуляш из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0.7	0.09	21.26	96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
итого		640	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Омлет	100	3,9	0,4	26,6	128,63
	Хлеб	40				
	Чай	200	0,27	0,17	0,11	3,21
	Фрукт	80				
	Вафля	25				
итого		445	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1660				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____