Утверждаю:

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Зарубина Т.Л

Меню на 11 Апреля 2025г
Ясли
(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ технолог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		**Завтрак:**					
	66	Каша Дружба	150	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
		Чай	150	2,65	2,33	11,31	0,019
		Мармелад	10				
итого			340	9,55	10,03	49,81	251,519
69*		**2 завтрак:**					
	к/к	Сок	120	0,5	0	12,7	55
итого			120				
3		**Обед:**					
	3	Суп Свекольник	180/8	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Лапша отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Гуляш	60	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	180	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
Итого			410	17,26	6,6	59,16	482,7
4		**Полдник:**					
	263	Булочка Дорожная	70	16	12,8	11,8	108,5
		Чай	150	2		9,6	59,4
		Омлет	110	4,7	03.01	23	145,6
		Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
		Яблоко	60				
итого				22,3	44212	54,4	361,5
			430				
Калорийность всего за день (ккал):							
				38,36	32,02	141,32	1049,8
			1300				

Повар _____

Кладовщик_____

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Зарубина Т.Л

Меню на 11 Апреля 2025г

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техн ол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. (ккал)
				Б	Ж	У	
1		**Завтрак:**					
	66	Каша Дружба	175	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	50	3,2	0,4	20	96
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
		Мармелад	10				
итого			415	11,05	11,33	58,4	305,419
2		**2 завтрак:**					
	к/к	Сок фруктовый	120	0,5	0	12,7	82,5
итого							
3		**Обед:**					
	3	Суп Свекольник	200	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Лапша отварная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Гуляш	70	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	200	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
итого			650	20,32	6,79	80,42	661,15
4		**Полдник:**					
	263	Булочка Дорожная	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	200	2		9,6	71,3
		Яблоко	60				
итого			330	5,6	6,7	26,2	223,2
Калорийность всего за день (ккал):				33,17	30,53	176,5	1348,62

Повар:_____

Кладовщик:_____

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Зарубина Т.Л

Меню на 11 Апреля 2025г
Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	технолог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		**Завтрак:**					
	66	Каша Дружба	175	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	50	3,2	0,4	20	96
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
		Мармелад	10				
итого			415	11,05	11,33	58,4	305,419
2		**2 завтрак:**					
	к/к	Сок	120	0,5	0	12,7	82,5
итого			120				
3		**Обед:**					
	3	Суп Свекольник	200	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Лапша отварная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Гуляш	60	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	180	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
итого			420	20,32	6,79	80,42	661,15
4		**Уплотненный полдник:**					
	263	Булочка Дорожная	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	180	0,04	0,01	0	71,3
	36	Яблоко	60	11,17	10,28	31,78	264
		Омлет	110	4,7	03.01	23	145,6
		Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
			460	33,36	30,44	178,48	1399,3

Калорийность всего за день (ккал):

Повар:_____

Кладовщик:_____

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Зарубина Т.Л

Меню на 11 Апреля 2025г

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ технол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		**Завтрак:**					
	66	Каша Дружба	150	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
		Чай	150	2,65	2,33	11,31	0,019
		Мармелад	10				
итого			340	9,55	10,03	49,81	251,519
2		**2 завтрак:**					
	к/к	Сок	150	0,5	0	12,7	55
итого			150				
3		**Обед:**					
	3	Суп Свекольник	180	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Лапша отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Гуляш	60	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	180	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
Итого			590	17,26	6,6	59,16	482,7
4		**Полдник:**					
	263	Булочка Дорожная	70	16	12,8	11,8	108,5
		Чай	150	2		9,6	59,4
		Яблоко	60				
итого				16	12,8	21,4	167,9
Калорийность всего за день (ккал):			280				
			1360	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар _____

Кладовщик_____