


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

Меню на 28 Апреля 2025г

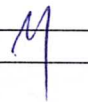
Ясли

(режим работы группы 10,5)

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность |
|---|--------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| 95 | Каша рисовая | 180 | 3,2 | 0,2 | 14 | 67,1 |
| 70 | Хлеб | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 72 |
| 62 | Чай | 180 | 3,59 | 0,29 | 0,06 | 17,21 |
| итого | | 400 | 9,99 | 0,49 | 34,06 | 156,31 |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок | 100 | 0,7 | 0 | 19 | 123,7 |
| итого | | 100 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| 12 | Суп Харчо | 200 | 1,15 | 3,8 | 7,47 | 62,49 |
| 27 | Гречка отварная | 110 | 5,73 | 00,01 | 25,76 | 162,5 |
| 41 | Шницель из говядины | 70 | 3,16 | 2,79 | 18,03 | 102,6 |
| 67 | Соус красный | 20 | 2,72 | 7,83 | 15,25 | 144,85 |
| 31 | Компот | 180 | 1,26 | 0,16 | 38,27 | 154,1 |
| 50 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,4 | 0,3 | 15 | 96 |
| | | | | 2,8 | 2,8 | 36 |
| итого | | 630 | 16,42 | 17,74 | 122,58 | 758,54 |
| 4 | Уплотненный полдник: | | | | | |
| 10 | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 10,35 | 0,72 | 21,65 | 134,55 |
| 62 | Чай | 130 | 0,27 | 0,17 | 0,11 | 3,21 |
| 50 | Хлеб | 40 | 2,4 | 0,3 | 15 | 96 |
| | Кондитерское изделие | 20 | | | | |
| итого | | 340 | 13,02 | 1,19 | 36,76 | 233,76 |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1470 | 43,55 | 31,58 | 244,2 | 1551,31 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик:  _____

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



Меню на 28 Апреля 2025г. Ясли

(режим работы группы 12 ч)

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность (ккал) |
|---|--------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------|
| | | | Б | Ж | У | (ккал) |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| 15 | Каша рисовая | 180 | 3,2 | 0,2 | 14 | 67,1 |
| 70 | Батон | 40 | 2,4 | 0,3 | 15 | 72 |
| 62 | Чай | 150 | 3,59 | 0,29 | 0,06 | 17,21 |
| | | | | | | |
| итого | | 370 | 9,19 | 0,79 | 29,06 | 156,31 |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0 | 12,7 | 82,5 |
| итого | | 100 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| 12 | Суп Харчо | 150 | 1,15 | 3,8 | 7,47 | 62,49 |
| 27 | Гречка отварная | 110 | 5,73 | 04,06 | 25,76 | 162,5 |
| 41 | Шницель из говядины | 60 | 3,16 | 2,79 | 18,03 | 102,6 |
| 67 | Соус красный | 10 | 11,62 | 42,03 | 80,18 | 74,5 |
| 31 | Компот из сухофруктов | 180 | 1,26 | 0,16 | 38,27 | 154,1 |
| 50 | Хлеб пшеничный | 30 | 1,6 | 0,2 | 10 | 48 |
| | | | | 2,8 | 2,8 | 36 |
| | | 578 | 18,79 | 49,22 | 156,75 | 441,69 |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| 10 | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 10,35 | 0,72 | 21,65 | 134,55 |
| 62 | Чай | 130 | 0,27 | 0,17 | 0,11 | 3,21 |
| | Кондитерское изделие | 20 | | | | |
| | Хлеб | 30 | 1,6 | 0,2 | 10 | 48 |
| 56 | Картофель запеченный | 150 | 1,28 | 0,26 | 10,4 | 49,13 |
| | | | | | | |
| итого | | 510 | 12,22 | 1,09 | 31,76 | 185,76 |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1558 | 41,24 | 66,03 | 251,6 | 1071,3 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: М

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



Меню на 28 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: | | | | | |
| 95 | Каша рисовая | 180 | 3,2 | 0,2 | 14 | 67,1 |
| 70 | Батон | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| 62 | Чай | 180 | 3,59 | 0,29 | 0,06 | 17,21 |
| | итого | 400 | 9,99 | 0,49 | 34,06 | 180,31 |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок фруктовый | 100 | 0,7 | 0 | 19 | 123,7 |
| | итого | 100 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| 12 | Суп Харчо | 200 | 1,15 | 3,8 | 7,47 | 116,11 |
| 27 | Гречка отварная | 150 | 7,45 | 05,01 | 25,76 | 211,25 |
| 41 | Шницель из говядины | 70 | 3,16 | 2,79 | 18,03 | 102,6 |
| 67 | Соус красный | 20 | 2,72 | 7,83 | 15,25 | 96,1 |
| 31 | Компот | 180 | 1,26 | 0,16 | 38,27 | 154,1 |
| к/к | Хлеб пшеничный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20 | |
| | | | 0,9 | 0,2 | 1 | 20 |
| | итого | 675 | 17,7 | 20,06 | 125,78 | 700,16 |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 10,35 | 0,72 | 21,65 | 134,55 |
| 62 | Чай | 180 | 0,27 | 0,17 | 0,11 | 3,21 |
| 50 | Хлеб | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| | Кондитерское изделие | 30 | | | | |
| | итого | 400 | | | | |
| | | | 44240,62 | 0,89 | 41,76 | 233,76 |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1575 | 43,07 | 35,8 | 238,7 | 1481,4 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: М _____

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



Меню на 28 Апреля 2025г

Сад

(режим работы группы 12 ч)

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность |
|------------------------------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| 95 | Каша рисовая | 180 | 3,2 | 0,2 | 14 | 67,1 |
| 70 | Хлеб | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| 62 | Чай | 180 | 3,59 | 0,29 | 0,06 | 17,21 |
| | | | | | | |
| итого | | 400 | 9,99 | 0,49 | 34,06 | 180,31 |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок фруктовый | 100 | 0,7 | 0 | 19 | 123,7 |
| итого | | 100 | | | | |
| | | | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| 12 | Суп Харчо | 200 | 1,15 | 3,8 | 7,47 | 116,11 |
| 27 | Гречка отварная | 150 | 7,45 | 05,01 | 25,76 | 211,25 |
| 41 | Шницель из говядины | 70 | 3,16 | 2,79 | 18,03 | 102,6 |
| 67 | Соус красный | 20 | 2,72 | 7,83 | 15,25 | 96,1 |
| 31 | Кисель | 180 | 1,26 | 0,16 | 38,27 | 154,1 |
| к/к | Хлеб пшеничный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20 | |
| | | | 0,9 | 0,2 | 1 | 20 |
| итого | | 675 | 17,7 | 20,06 | 125,78 | 700,16 |
| | | | | | | |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 10,35 | 0,72 | 21,65 | 134,55 |
| 62 | Чай | 180 | 0,27 | 0,17 | 0,11 | 3,21 |
| 50 | Хлеб | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| 56 | Картофель запеченный | 150 | 1,28 | 0,26 | 10,4 | 49,13 |
| | Печенье | 20 | | | | |
| | | | | | | |
| Итого | | 590 | 1,28 | 1,15 | 52,16 | 282,89 |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1175 | 43,07 | 35,8 | 238,7 | 1481,4 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____