

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



Меню на 12 Мая 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:					
	Суп молочный с макаронными изделиями	130	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: М

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



Меню на 12 Мая 2025г. Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
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:					
	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: _____

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



Меню на 12 Мая 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				
Калорийность всего за день (ккал):			44240,62	0,89	41,76	233,76
		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 12 Мая 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	Компот из сухофруктов	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
	Кондитерское изделие	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: М