

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



Меню на 7 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:					
	Каша ячневая	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
итого		410	8,42	8,5	40	270,719
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,7	0	19	82,5
итого		100				
3	Обед:					
87	Суп Щи	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	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Булочка	80	3,9	0,4	26,6	128,63
	Чай с сахаром	200	0,27	0,17	0,11	3,21
		25				
итого		305	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1455				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 7 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:					
	Каша ячневая	155	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого		375	6,82	8,3	30	222,719
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,5	0	12,7	55
итого		100				
3	Обед:					
87	Суп Щи	180/8	5,16	5,04	8,6	100
26	Макароны отварные	130	2,9	03.01	14,1	89,6
277	Котлета	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	Булочка	80	2,8	0,3	19,02	92,09
	Каша гречневая на молоке	150	10,35	0,72	21,65	134,55
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
33	Чай с сахаром	180	3,15	2,72	31,98	89
		80				
итого		530	17,9	3,94	82,65	411,64
Калорийность всего за день (ккал):			1415			

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик: М

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



Меню на 7 Мая 2025 г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша ячневая	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	180	0,05	3,63	0,07	33,1
итого		590	8,47	12,13	40,07	303,819
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,7	0	19	82,5
итого		100				
3	Обед:					
87	Суп Щи	200	6,2	6	10,3	180
26	Макароны отварные	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Котлета мясная	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	Булочка	80	3,9	0,4	26,6	128,63
	Чай с сахаром	200	0,27	0,17	0,11	3,21
итого		280	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1610				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: М

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

Меню на 7 Мая 2025г

Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша ячневая	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
итого		410	8,42	8,5	40	270,719
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,7	0	19	82,5
итого		100				
3	Обед:					
87	Суп Щи	200	6,2	6	10,3	180
26	Макароны отварные	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Котлета	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:					
	Булочка	80	10,5	1,2	-	52,8
33	Чай с сахаром	200	3,67	3,19	15,82	107
	Каша гречневая на молоке	150				
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Яблоко	100				
итого		570	14,17	4,39	193,48	159,8
Калорийность всего за день (ккал):		1720				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____
Кладовщик: _____