

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»

Зарубина Т.Л.

Меню на 13 мая 2025 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	98	Каша пшеничная на молоке	175	2,3	0,66	13,3	68,4
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
	к/к	Кондитерское изделие	30				
итого			430	9,43	0,98	33,37	183,24
2		2 завтрак:					
	65	Снежок	180				
итого			180				
3		Обед:					
	1	Суп Кудрявый	180	7	7,32	52	302,8
	24	Рис отварной	130	5,56	3,73	34,93	199,3
	42	Гуляш	70	1,3	0,86	4,27	30,06
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			690				
4		Полдник:					
	104	Ватрушка	150	13,92	7,5	1,67	129,41
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		фрукт					
итого			250	13,94	7,5	1,67	129,429

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 13 мая 2025 г.

Сад
 (режим работы группы 12 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	98	Каша пшеничная на молоке	175	2,3	0,66	13,3	68,4
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
	к/к	Кондитерское изделие	30				
итого			430	9,43	0,98	33,37	183,24
2		2 завтрак:					
	65	Снежок	180				
итого			180				
3		Обед:					
	1	Суп Кудрявый	180	7	7,32	52	302,8
	24	Рис отварной	130	5,56	3,73	34,93	199,3
	42	Гуляш	70	1,3	0,86	4,27	30,06
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
итого			690				
4		Уплотненный полдник:					
	104	Ватрушка	150	13,92	7,5	1,67	129,41
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	41	Биточек	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	35	Макароны	120	2,58	3,13	26,72	145,35
	50	Хлеб	50	2,4	0,3	15	72
		фрукт					
итого			610	16,34	7,8	44,67	201,429

Повар: _____

Кладовщик: _____

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»

Зарубина Т.Л.

Меню на 13 мая 2025 г.

ясли

(режим работы группы 10,5 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	98	Каша пшеничная на молоке	175	2,3	0,66	13,3	68,4
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
	к/к	Кондитерское изделие	30				
итого			430	9,43	0,98	33,37	183,24
2		2 завтрак:					
	65	Снежок	180				
итого			180				
3		Обед:					
	1	Суп Кудрявый	180	7	7,32	52	302,8
	24	Рис отварной	130	5,56	3,73	34,93	199,3
	42	Гуляш	70	1,3	0,86	4,27	30,06
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			690				
4		Полдник:					
	104	Ватрушка	100	13,92	7,5	1,67	129,41
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		фрукт					
итого			250	13,94	7,5	1,67	129,429

Повар: _____

Кладовщик: _____