



# Меню на 20 мая 2025 г.

ясли  
(режим работы группы 10,5 ч)

| №<br>рец. | № техно-<br>лог. карты | Прием пищи, наимено-<br>вание блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |      |       | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------|------------------------|-------------------------------------|-----------------|-------------------------|------|-------|--------------------------------|
|           |                        |                                     |                 | Б                       | Ж    | У     |                                |
| 1         |                        | Завтрак:                            |                 |                         |      |       |                                |
|           | 94                     | Каша кукурузная                     | 200             | 1,65                    | 0,16 | 11,3  | 53,28                          |
|           | 50                     | Хлеб                                | 40              | 3,2                     | 0,4  | 20    | 96                             |
|           | 62                     | Чай                                 | 180             | 0,02                    | -    | -     | 0,019                          |
|           | к/к                    | Кондитерское изделие                | 15              |                         |      |       |                                |
| ИТОГО     |                        |                                     | 400             | 4,92                    | 4,19 | 31,37 | 182,399                        |
| 2         |                        | 2 завтрак:                          |                 |                         |      |       |                                |
|           | 76                     | Сок фруктовый                       | 100             | 2,8                     | 3,4  | 4,0   | 86,0                           |
| ИТОГО     |                        |                                     | 100             |                         |      |       |                                |
| 3         |                        | Обед:                               |                 |                         |      |       |                                |
|           | 15                     | Суп Гороховый                       | 180             | 2,2                     | 2,11 | 6,61  | 59,3                           |
|           | 24                     | Пюре картофельное                   | 130             | 2,58                    | 3,13 | 26,72 | 145,35                         |
|           | 41                     | Гуляш                               | 80              | 13,4                    | 5,85 | 7,74  | 138,45                         |
|           | 33                     | Кисель                              | 180             | 0,14                    | 0    | 53,73 | 216,81                         |
|           | 50                     | Хлеб пшеничный                      | 40              | 3,2                     | 0,4  | 20    | 96                             |
| ИТОГО     |                        |                                     | 650             | 21,52                   | 2,11 | 76,03 | 327,31                         |
| 4         |                        | Полдник:                            |                 |                         |      |       |                                |
|           | 102                    | Ватрушка                            | 70              | 11,82                   | 6,37 | 1,42  | 109,91                         |
|           | 62                     | Чай                                 | 150             | 0,02                    | -    | -     | 0,019                          |
| ИТОГО     |                        |                                     | 250             | 11,84                   | 6,37 | 1,42  | 109,929                        |

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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

## Меню на 20 мая 2025 г.

Сад  
(режим работы группы 12 ч)

| №<br>реп. | № техно-<br>лог. карты | Прием пищи, наимено-<br>вание блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |       |       | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------|------------------------|-------------------------------------|-----------------|-------------------------|-------|-------|--------------------------------|
|           |                        |                                     |                 | Б                       | Ж     | У     |                                |
| <b>1</b>  |                        | <b>Завтрак:</b>                     |                 |                         |       |       |                                |
|           | 94                     | Каша кукурузная                     | 200             | 1,65                    | 0,16  | 11,3  | 53,28                          |
|           | 50                     | Хлеб                                | 40              | 3,2                     | 0,4   | 20    | 96                             |
|           | 62                     | Чай                                 | 180             | 0,02                    | -     | -     | 0,019                          |
|           | к/к                    | Кондитерское изделие                | 15              |                         |       |       |                                |
| ИТОГО     |                        |                                     | 400             | 4,92                    | 4,19  | 31,37 | 182,399                        |
| <b>2</b>  |                        | <b>2 завтрак:</b>                   |                 |                         |       |       |                                |
|           | 76                     | Сок фруктовый                       | 100             | 2,8                     | 3,4   | 4,0   | 86,0                           |
| ИТОГО     |                        |                                     | 100             |                         |       |       |                                |
| <b>3</b>  |                        | <b>Обед:</b>                        |                 |                         |       |       |                                |
|           | 15                     | Суп Гороховый                       | 180             | 2,2                     | 2,11  | 6,61  | 59,3                           |
|           | 24                     | Пюре картофельное                   | 130             | 2,58                    | 3,13  | 26,72 | 145,35                         |
|           | 41                     | Гуляш                               | 80              | 13,24                   | 5,85  | 7,74  | 138,45                         |
|           | 33                     | Кисель                              | 180             | 0,14                    | 0     | 53,73 | 216,81                         |
|           | 50                     | Хлеб пшеничный                      | 40              | 3,2                     | 0,4   | 20    | 96                             |
| ИТОГО     |                        |                                     | 660             |                         |       |       |                                |
| <b>4</b>  |                        | <b>Уплотненный полдник:</b>         |                 |                         |       |       |                                |
|           | 102                    | Ватрушка                            | 70              | 11,82                   | 6,37  | 1,42  | 109,91                         |
|           | 62                     | Чай                                 | 180             | 0,02                    | -     | -     | 0,019                          |
|           | 21                     | Суп молочный                        | 150             | 8,96                    | 8,12  | 0,49  | 110                            |
|           | 50                     | Хлеб пшеничный                      | 50              | 4                       | 0,5   | 25    | 120                            |
| ИТОГО     |                        |                                     | 640             | 24,8                    | 14,49 | 26,91 | 339,929                        |

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 20 мая 2025 г.

Сад  
(режим работы группы 10,5 ч)

| №<br>реп. | № техно-<br>лог. карты | Прием пищи, наимено-<br>вание блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества<br>(г) |      |       | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------|------------------------|-------------------------------------|-----------------|-------------------------|------|-------|--------------------------------|
|           |                        |                                     |                 | Б                       | Ж    | У     |                                |
| <b>1</b>  |                        | <b>Завтрак:</b>                     |                 |                         |      |       |                                |
|           | 94                     | Каша кукурузная                     | 200             | 1,65                    | 0,16 | 11,3  | 53,28                          |
|           | 50                     | Хлеб                                | 40              | 3,2                     | 0,4  | 20    | 96                             |
|           | 62                     | Чай                                 | 180             | 0,02                    | -    | -     | 0,019                          |
|           | к/к                    | Кондитерское изделие                | 15              |                         |      |       |                                |
| ИТОГО     |                        |                                     | 400             | 4,92                    | 4,19 | 31,37 | 182,399                        |
| <b>2</b>  |                        | <b>2 завтрак:</b>                   |                 |                         |      |       |                                |
|           | 76                     | Сок фруктовый                       | 100             | 2,8                     | 3,4  | 4,0   | 86,0                           |
| ИТОГО     |                        |                                     | 100             |                         |      |       |                                |
| <b>3</b>  |                        | <b>Обед:</b>                        |                 |                         |      |       |                                |
|           | 15                     | Суп Гороховый                       | 180             | 2,2                     | 2,11 | 6,61  | 59,3                           |
|           | 24                     | Пюре картофельное                   | 130             | 2,58                    | 3,13 | 26,72 | 145,35                         |
|           | 41                     | Гуляш                               | 80              | 13,4                    | 5,85 | 7,74  | 138,45                         |
|           | 33                     | Кисель                              | 180             | 0,14                    | 0    | 53,73 | 216,81                         |
|           | 50                     | Хлеб пшеничный                      | 40              | 3,2                     | 0,4  | 20    | 96                             |
| ИТОГО     |                        |                                     | 650             | 21,52                   | 2,11 | 76,03 | 327,31                         |
| <b>4</b>  |                        | <b>Полдник:</b>                     |                 |                         |      |       |                                |
|           | 102                    | Ватрушка                            | 70              | 11,82                   | 6,37 | 1,42  | 109,91                         |
|           | 62                     | Чай                                 | 150             | 0,02                    | -    | -     | 0,019                          |
| ИТОГО     |                        |                                     | 250             | 11,84                   | 6,37 | 1,42  | 109,929                        |

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_