

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



Меню на 21 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:					
	Суп молочный с рисом	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 со сметаной	200/8	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		440	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Булочка	80	3,9	0,4	26,6	128,63
	Чай	200	0,27	0,17	0,11	3,21
	Яблоко	70				
итого		350	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1300				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

Handwritten signature

Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.



Меню на 21 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:					
	Суп молочный с рисом	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 со сметаной	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	150	10,35	0,72	21,65	134,55
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
33	Чай	180	3,15	2,72	31,98	89
	Яблоко	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:

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



Меню на 21 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:					
	Суп молочный с рисом	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 со сметаной	200/8	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		440	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Булочка	80	3,9	0,4	26,6	128,63
	Чай	200	0,27	0,17	0,11	3,21
	Яблоко	70				
итого		350	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1480				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик:

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

Меню на 21 Мая 2025г

Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	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 со сметаной	200/5	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		440				
4	Уплотненный полдник:					
	Булочка	80	10,5	1,2	-	52,8
33	Чай	200	3,67	3,19	15,82	107
	Каша гречневая	150				
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Яблоко	70				
итого		540	14,17	4,39	193,48	159,8
Калорийность всего за день (ккал):		1490				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____