

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



Меню на 23 мая 2025 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

(режим работы группы 10,5 ч)							
№ рец.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	101	Каша Дружба	180	0,38	0,13	3,12	15,15
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	16	Свекольник	180	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Макароны отварные	130	2,31	2,29	9,74	69,65
	42	Гуляш	70		8,8	11,64	173
	34	Кисель	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			640				
4		Полдник:					
	102	Булочка	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
ИТОГО			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 23 мая 2025 г.

Сад
(режим работы группы 12 ч)

№ реп.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	101	Каша Дружба	180	0,38	0,13	3,12	15,15
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	16	Свекольник	180	0,66	2,02	4,52	42,4
	25	Макароны отварные	130	2,31	2,29	9,74	69,65
	42	Гуляш	70	11,92	8,8	11,64	173
	34	Кисель	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			650				
4		Уплотненный полдник:					
	102	Булочка	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	10	Омлет	150	2,1	0,09	5,69	30,54
	50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72
ИТОГО			650	8,76	0,8	47,32	233,019

Повар: _____

т Кладовщик: _____

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



Меню на 23 мая 2025 г.

ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

(режим работы группы 10,5 ч)							
№ рец.	№ техно- лог.карты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	101	Каша Дружба	180	0,38	0,13	3,12	15,15
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	16	Свекольник	180	0.66	02.02	4.52	42.4
	25	Макароны отварные	130	2,31	2,29	9,74	69,65
	42	Гуляш	70		8,8	11,64	173
	34	Кисель	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			640				
4		Полдник:					
	102	Булочка	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
ИТОГО			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: _____

Кладовщик: _____