

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

Меню на 23 Мая 2025г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ тех нол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	66	Каша Дружба	150	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
		Чай с лимоном	150	2,65	2,33	11,31	0,019
		Сыр	10				
итого			340	9,55	10,03	49,81	251,519
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок	100	0,5	0	12,7	55
итого			100				
3		Обед:					
	3	Суп Свекольник со сметаной	180/5	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Лапша отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Гуляш	60	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	180	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
Итого			410	17,26	6,6	59,16	482,7
4		Полдник:					
	263	Калач со сгущенным молоком	70	16	12,8	11,8	108,5
		Чай	150	2		9,6	59,4
итого				16	12,8	21,4	167,9
			220				
Калорийность всего за день (ккал):			1070	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар

Кладовщик

М

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

Меню на 23 Мая 2025г

Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ тех нол ог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	66	Каша Дружба	150	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
		Чай с лимоном	150	2,65	2,33	11,31	0,019
		Сыр	10				
итого			340	9,55	10,03	49,81	251,519
69*		2 завтрак:					
	к/к	Сок	100	0,5	0	12,7	55
итого			100				
3		Обед:					
	3	Суп Свекольник со сметаной	180/8	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Лапша отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Гуляш	60	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	180	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
Итого			410	17,26	6,6	59,16	482,7
4		Полдник:					
	263	Калачик со сгущенным молоком	70	16	12,8	11,8	108,5
		Чай	150	2		9,6	59,4
		Омлет	110	4,7	03.01	23	145,6
		Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
итого				22,3	44212	54,4	361,5
			370				
Калорийность всего за день (ккал):				38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар _____
Кладовщик М

1220



(режим работы группы 10,5 ч)

Повар: _____
Кладовщик: М

Повар:

Кладовщик: М

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

Меню на 23 Мая 2025г

Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	тех нол ог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	66	Каша Дружба	175	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	50	3,2	0,4	20	96
		Чай с лимоном	180	2,65	2,33	11	0,019
		Сыр	10				
итого			415	11,05	11,33	58,4	305,419
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок	100	0,5	0	12,7	82,5
итого			100				
3		Обед:					
	3	Суп Свекольник со сметаной	200/5	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Лапша отварная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Гуляш	60	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	180	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
итого			420	20,32	6,79	80,42	661,15
4		Уплотненный полдник:					
	263	Калач со сгущенным молоком	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	180	0,04	0,01	0	71,3
		Омлет	110	4,7	03.01	23	145,6
		Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
			400	33,36	30,44	178,48	1399,3
Калорийность всего за день (ккал):							

Повар:

Кладовщик:

М