

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

Меню на 6 Июня 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	150	2,65	2,33	11,31	0,019
		Печенье	15				
итого			345	9,55	10,03	49,81	251,519
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок	120	0,5	0	12,7	55
итого			120				
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	Пирожок с картошкой	70	16	12,8	11,8	108,5
		Чай с сахаром	150	2		9,6	59,4
итого				16	12,8	21,4	167,9
			220				
Калорийность всего за день (ккал):			1095	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар _____
Кладовщик

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

Меню на 6 Июня 2025г

Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ тех нол ог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
				Б	Ж	У	ценность (ккал)
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	150	2,65	2,33	11,31	0,019
		Печенье	15				
итого			345	9,55	10,03	49,81	251,519
69*		2 завтрак:					
	к/к	Сок	120	0,5	0	12,7	55
итого			120				
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	Пирожок с картошкой	70	16	12,8	11,8	108,5
		Чай с сахаром	150	2		9,6	59,4
		Каша рисовая	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 _____

1245

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



Меню на 6 Июня 2025г Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	тех нол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. (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	180	2,65	2,33	11	0,019
		Печенье	15				
итого			420	11,05	11,33	58,4	305,419
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок фруктовый	120	0,5	0	12,7	82,5
итого							
3		Обед:					
	3	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 из говядины	70	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	200	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
итого			650	20,32	6,79	80,42	661,15
4		Полдник:					
	263	Пирожок с картошкой	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай с сахаром	200	2		9,6	71,3
		Яблоко	60				
итого			330	5,6	6,7	26,2	223,2
Калорийность всего за день (ккал):				33,17	30,53	176,5	1348,62

Повар: _____
Кладовщик: _____