

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



Меню на 23 июня 2025 г.

ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	99	Каша манная	155	8,96	8,12	0,49	110,83
	50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	30	Чай	180	0,02	-	-	0,019
			20				
Итого			400	12,23	12,15	20,56	239,949
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180	2,8	3,4	4	86
Итого			180				
3		Обед:					
	19	Харчо	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Шницель мясной	70	3,16	2,79	18,03	102,6
	67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
	32	Компот	180	0,14	0	53,73	216,81
50	Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	20	96	
Итого							
4		Полдник:					
	10	Омлет	100	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	к/к	Кондитерское изделие	20				
	50	Хлеб	30				
Итого			250	4,29	0,28	26,08	126,549

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 23 июня 2025 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	95	Каша манная	155	3,2	0,2	14	67,1
	70	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	31	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
ИТОГО			395	9,99	0,49	34,06	180,31
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	19	Харчо	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Шницель мясной	70	3,16	2,79	18,03	102,6
	67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
	32	Компот	180	0,14	0	53,73	216,81
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			660				
4		Полдник:					
	10	Омлет	100	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	к/к	Кондитерское изделие	20				
	50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72
ИТОГО			400	11,63	8,59	15,6	185,21

Повар: _____

Кладовщик: _____