

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



Меню на 24 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 кукурузная	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	Суп Полевой с пшеном	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Рис отварной	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Тефтеля рыбная	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	Булочка	100	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Фрукт	80	2,4	0,3	15	72
итого			400	11,63	8,59	15,6	185,21

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 24 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 кукурузная	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	Суп Полевой с пшеном	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	27	Рис отварной	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Тефтеля рыбная	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	Булочка	100	8,96	8,12	0,49	110
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	50	Фрукт	80				
ИТОГО			250	4,29	0,28	26,08	126,549

Повар: _____

Кладовщик: _____