

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Зарубина Т.Л.

Меню на 27 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	180	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	40	2,4	0,3	15	72
		Чай	150	2,65	2,33	11,31	0,019
итого			370	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 Рассольник	180	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Лапша отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Гуляш из говядины	60	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	180	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
Итого			570	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	150				
итого			370	16	12,8	21,4	167,9
Калорийность всего за день (ккал):							
			1410	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар _____

Кладовщик _____

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

Меню на 27 июня 2025г

Сад

(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	175	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	40	3,2	0,4	20	96
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
итого			395	11,05	11,33	58,4	305,419
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок фруктовый	100	0,5	0	12,7	82,5
итого			100				
3		Обед:					
	3	Суп Рассольник	200	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	40	3,2	0,4	20	96
итого			640	20,32	6,79	80,42	661,15
4		Полдник:					
	263	Калачик со сгущенным молоком	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	180	2		9,6	71,3
итого			400	5,6	6,7	26,2	223,2
Калорийность всего за день (ккал):							
			1535	33,17	30,53	176,5	1348,62

Повар: _____

Кладовщик: _____

Заведующий МАДОУ "Детский сад №3"

Утверждаю:

Зарубина Т.Л



Меню на 27 июня 2025г Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ тех нол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	66	Каша Дружба	180	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	40	3,2	0,4	20	96
		Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
итого			405	11,1	14,96	58,47	338,519
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок	180	0,5	0	12,7	82,5
итого			180				
3		Обед:					
	3	Суп Рассольник	200	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Лапша отварная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Биточек из говядины	70	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	200	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			640	20,32	6,79	80,42	661,15
4		Полдник					
	263	Калачик со сгущенным молоком	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	180	2		9,6	71,3
Итого			250	5,6	6,7	26,2	223,2
Калорийность всего за день (ккал):							
			1225	33,36	30,44	178,48	1399,3

Повар: _____

Кладовщик: _____