

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



Меню на 17 Июля 2025 г Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
274	Каша Рисовая	150	1,08	0,15	11,4	51,28
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
	Чай	150	0,02	6,98	0	0,019
	Конфета	20	0,19	7,1	1,3	52
итого		350	3,69	6,98	27,7	175,299
2	2 завтрак:					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
3	Обед:					
2	Суп с макаронными изделиями	150	4,49	4,75	8,51	92,99
128	Картофельное пюре	70	1,75	4,38	11,57	152,4
234	Котлета рыбная	50	0,9	7,95	11,29	152,4
67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	74
	Компот из сухофруктов	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,2	10	72
		470	22,04	59,44	151,31	663,64
4	Полдник:					
103	Калач со сгущенным молоком	70	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай	130	3,97	0,32	0,07	18,84
	Яблоко	70				
итого		270	14,21	6,7	28,27	242,04
Калорийность всего за день (ккал):						
		1240	50,76	41,87	283,67	1312,68

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

(подпись)

Заведующий

МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.



Меню на 17 Июля 2025 г

Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
274	Каша Рисовая	150	1,08	0,15	11,4	51,28
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
	Чай	150	0,02	6,98	0	0,019
	Конфета	20	0,19	7,1	1,3	52
итого		350	3,69	6,98	27,7	175,299
2	2 завтрак:					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
3	Обед:					
2	Суп с макаронными изделиями	150	4,49	4,75	8,51	93
128	Картофельное пюре	120	1,75	4,38	11,57	92,99
234	Котлета рыбная	50	0,9	7,95	11,29	152,4
67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	19
	Компот из сухофруктов	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	10	48
		530	22,04	59,44	151,31	525,24
4	Полдник:					
103	Калач со сгущенным молоком	70	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай	130	3,97	0,32	0,07	18,84
394	Суп молочный с макаронными изделиями	200	2,1	2,45	3,29	44,1
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
	Яблоко	70				
итого		490	17,91	9,35	41,56	334,14
Калорийность всего за день (ккал):						
		1520	50,76	41,87	283,67	1312,68

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: А.И.

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



Меню на 17 Июля 2025г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
274	Каша Рисовая	155	1,08	0,15	11,4	51,28
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	180	0,02	0	0	0,019
	Конфета	20	0,19	7,1	1,3	52
итого		395	4,49	7,65	32,7	199,299
2	2 завтрак:					
	Сок	150	с	4,8	33,52	132,75
итого		150				
3	Обед:					
2	Суп с макаронными изделиями	180	7,44	7,19	13,94	177,8
128	Картофельное пюре	130	2,85	7,12	18,8	152,07
234	Котлета рыбная	70	0,9	7,95	11,29	137,03
67	Соус красный	20	11,62	42,03	8,18	74
349	Компот из сухофруктов	180	1,26	0,16	38,2	104,1
	Хлеб пшеничный	50	2,3	3,2	20	45
итого		630	26,37	67,65	110,41	690
4	Полдник:					
103	Калач со сгущенным молоком	70	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай	180	3,97	0,32	0,07	18,84
	Яблоко	150	0,1	0,2	75	71
итого		400	14,31	6,9	103,27	313,04
Калорийность всего за день (ккал):						
		1575	49,41	50,07	239,8	1798,36

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар _____

Кладовщик: _____