

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



Меню на 25 Июля 2025г

Ясли

(режим работы группы 12 ч)

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
итого			330	9,55	10,03	49,81	251,519
69*		2 завтрак:					
	к/к	Сок	150	0,5	0	12,7	55
итого			150				
3		Обед:					
	3	Суп Свекольник	180/8	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Перловка 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
		Суп молочный с макаронными изделиями	110	4,7	03.01	23	145,6
		Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
итого			370	22,3	44212	54,4	361,5
Калорийность всего за день (ккал):							
Повар				38,36	32,02	141,32	1049,8
Кладовщик				1260			

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Утверждаю:

Зарубина Т.Л

Меню на 25 Июля 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
итого			405	11,05	11,33	58,4	305,419
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок фруктовый	150	0,5	0	12,7	82,5
итого							
3		Обед:					
	3	Свекольник	200/5	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Перловка 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
итого			270	5,6	6,7	26,2	223,2
Калорийность всего за день (ккал):				33,17	30,53	176,5	1348,62

Повар:

Кладовщик:

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

Меню на 25 Июля 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
итого			330	9,55	10,03	49,81	251,519
2		2 завтрак:					
	к/к	Сок	150	0,5	0	12,7	55
итого			150				
3		Обед:					
	3	Суп Свекольник со сметаной	180/5	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Перловка 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):			1110	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар

Кладовщик