

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



## Меню на 4 Августа 2025 Ясли

(режим работы группы (10 ч))

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
5	Каша манная	175	1,65	0,16	11,3	53,28
	Батон	30	1,6	0,2	10	48
	Чай	150	0,02	-	-	41
<b>итого</b>		355	3,27	0,36	21,3	142,28
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,9	0	22,9	99
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
82	Харчо	200	25,71	7,11	13,43	236,97
302	Гречка отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
64	Тефтеля мясная	60	10,46	8,86	8,7	156,99
349	Компот	200	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
<b>итого</b>		480	44,48	16,7	87,65	724,31
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Суп молочный с вермишелью	70	3,9	3,06	26,93	151
104	Чай	180	0,27	0,17	0,11	0,019
	Картофель запеченный с маслом	70	16,5	13,3	4,1	175,75
277	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
	Сухарик	20				
<b>итого</b>		370	22,27	16,73	41,14	374,769
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1205	29,97	30,4	184,9	1171,9

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 4 Августа 2025г

### Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			а	Б	Ж	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
5	Каша манная	180	1,65	0,16	11,3	53,28
	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	180	0,02	-	-	41
<b>итого</b>		400	4,87	0,56	31,3	190,28
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,9	0	22,9	148,5
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
82	Харчо	180	25,71	7,11	13,43	236,97
302	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
64	Тефтеля мясная	80	10,46	8,89	8,7	156,99
349	Компот	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
<b>итого</b>		600	46,2	21,61	95,38	773,06
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
104	Суп молочный с вермишелью	110	5,4	4,3	37,7	211,4
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
10	Чай	200	5,5	4,9	9,09	0,019
	Сухарик	20				
<b>итого</b>		510	14,12	9,6	66,79	348,419
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1660	48,67	51,93	265,5	1735,44

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 4 Августа 2025 г

### Ясли

(режим работы группы (12 ч))

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
5	Каша манная	175	1,65	0,16	11,3	53,28
	Батон	30	1,6	0,2	10	48
	Чай	150	0,02	-	-	41
	Сухарик	20				
<b>итого</b>		<b>375</b>	<b>3,27</b>	<b>0,36</b>	<b>21,3</b>	<b>142,28</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,9	0	22,9	99
<b>итого</b>		<b>150</b>				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
82	Харчо	200	25,71	7,11	13,43	236,97
302	Гречка отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
64	Тефтеля мясная	60	10,46	8,86	8,7	156,99
349	Компот	200	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
<b>итого</b>		<b>480</b>	<b>44,48</b>	<b>16,7</b>	<b>87,65</b>	<b>724,31</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Суп молочный с					
104	вермишелью	110	3,9	3,06	26,93	151
10	Чай	200	0,27	0,17	0,11	0,019
	Кондитерское изделие	20				
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
	Сухарик	20	3	2	42	120
<b>итого</b>		<b>380</b>	<b>5,77</b>	<b>3,43</b>	<b>37,04</b>	<b>199,019</b>
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>1205</b>	<b>29,97</b>	<b>30,4</b>	<b>184,9</b>	<b>1171,9</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_