

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



Меню на 4 августа 2025 г.

если
(режим работы группы 10,5 ч)

(режим работы группы 10,5 ч)							
№ реп.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
							ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	93	Каша манная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			400	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	13	Уха	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	42	Тефтеля	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	74,5
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	31	Компот	180	0,98	0,13	29,76	119,85
итого			660	38,54	62,1	202,71	803,76
4		Уплотненный полдник:					
	10	Омлет	100	3	3,2	4,7	60
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			510	21,87	16,63	30,13	357,41

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 4 августа 2025 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

(режим работы группы 10,5 ч)							
№ реп.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наименова- ние блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	93	Каша манная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			400	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	17	Уха	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	27	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	42	Тефтеля	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	67	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	74,5
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	31	Компот	180	0,98	0,13	29,76	119,85
итого			660	38,54	62,1	202,71	803,76
4		Уплотненный полдник:					
	10	Омлет	100	3	3,2	4,7	60
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			510	21,87	16,63	30,13	357,41

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____