

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



Меню на 21 августа 2025 г.

ясли

(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:					
	102	Каша пшеничная	155	1,08	0,15	11,4	51,28
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	48	масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
итого			380	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	16	Рассольник	16				
	23	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	151,11
	59	Котлета рыбная	80	09.05	7.95	11.29	152.4
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	20	96
итого			660				
4		Полдник:					
	104	шарлотка	100	10,24	6,38	28,2	223,2
	62	Чай	180	0,06		0,01	0,57
итого			280	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 21 августа 2025 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	102	Каша пшеничная	155	1,08	0,15	11,4	51,28
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0.4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	48	масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
итого			380	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	16	Рассольник	180				
	23	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	151,11
	59	Котлета рыбная	80	09.05	7.95	11.29	152.4
	31	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	20	96
итого			660				
4		Полдник:					
	104	шарлотка	150	10,24	6,38	28,2	223,2
	62	Чай	180	0,06		0,01	0,57
итого			330	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: _____

Кладовщик: _____