

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



Меню на 28 Августа 2025 г

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
274	Каша Рябушка	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
	Кондитерское изделие	25	0,19	7,1	1,3	52
итого		355	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 клецками	150	4,49	4,75	8,51	92,99
128	Картофельное пюре	70	1,75	4,38	11,57	152,4
234	Котлета рыбная	60	0,9	7,95	11,29	152,4
	Компот из сухофруктов	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	10	72
итого		460	10,42	17,41	71,13	589,64
4	Полдник:					
103	Калачик со сгущенным молоком	60	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай	130	3,97	0,32	0,07	18,84
	Яблоко	60				
итого		250	14,21	6,7	28,27	242,04
Калорийность всего за день (ккал):						
		1215	50,76	41,87	283,67	1312,68

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

4

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



Меню на 28 Августа 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 Рябушка	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
	Кондитерское изделие	25	0,19	7,1	1,3	52
итого		355	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 клецками	150	4,49	4,75	8,51	93
128	Картофельное пюре	70	1,75	4,38	11,57	92,99
234	Котлета рыбная	60	0,9	7,95	11,29	152,4
	Компот из сухофруктов	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	10	48
		490	10,42	17,41	71,13	506,24
4	Полдник:					
103	Калачик со сгущенным молоком	60	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай	130	3,97	0,32	0,07	18,84
394	Суп молочный с лапшой	180	2,1	2,45	3,29	44,1
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
	Яблоко	60				
итого		460	17,91	9,35	41,56	334,14
Калорийность всего за день (ккал):						
		1455	50,76	41,87	283,67	1312,68

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 28 Августа 2025г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
274	Каша Рябушка	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
	Кондитерское изделие	55	0,19	7,1	1,3	52
итого		430	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 клецками	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
349	Компот из сухофруктов	180	1,26	0,16	38,2	104,1
	Хлеб пшеничный	50	2,3	3,2	20	45
итого		610	14,75	25,62	102,23	616
4	Полдник:					
103	Калачик со сгущенным молоком	70	10,24	6,38	28,2	223,2
394	Чай	180	3,97	0,32	0,07	18,84
	Яблоко	70				
итого		320	14,21	6,7	28,27	242,04
Калорийность всего за день (ккал):						
		1510	49,41	50,07	239,8	1798,36

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик: