

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



Меню на 23 октября 2025 г.

Сад
(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ технолог.карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	102	Каша Рябушка	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
		Кондитерское изделие					
ИТОГО			400	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	37	Суп с клецками	180				
	23	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	151,11
	59	Суфле рыбное	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	Булочка	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	62	Чай	180	0,06		0,01	0,57
ИТОГО			350	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 23 октября 2025 г.

если

(режим работы группы 10,5 ч)

№ реп.	№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	102	Каша Рябушка	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
		Кондитерское изделие					
итого			400	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180				
итого			180				
3		Обед:					
	37	Суп с клецками	180				
	23	Пюре картофельное	130	2,85	7,12	18,8	151,11
	59	Суфле рыбное		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	Булочка	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	62	Чай	180	0,06		0,01	0,57
итого			350	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: _____

Кладовщик: _____