

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

Меню на 31 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:					
	101	Каша пшеничная	180	0,38	0,13	3,12	15,15
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
		масло					
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
			180				
ИТОГО							
3		Обед:					
	16	Свекольник	180	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Макароньы отварные	130	2,31	2,29	9,74	69,65
			70		8,8	11,64	173
	42	Биточек мясной	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	32	Компот	40	3,2	0,4	20	96
	50	Хлеб пшеничный					
ИТОГО			640				
4		Полдник:					
		расстегай	70	2,99	0,31	20,01	96,86
			180	0,02	-	-	0,019
	62	Чай с сахаром					
		фрукт					
			250	3,01	0,31	20,01	96,879
ИТОГО							

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 31 октября 2025 г.

Сад
(режим работы группы 10,5 ч)

(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:					
	101	Каша пшеничная	180	0,38	0,13	3,12	15,15
	70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
		масло					
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	16	Свекольник	180	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Макароны отварные	130	2,31	2,29	9,74	69,65
	42	Биточек мясной	70		8,8	11,64	173
	32	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			640				
4		Полдник:					
	102	расстегай	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
		фрукт					
ИТОГО			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: _____

Кладовщик: _____