



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



## Меню на 24 Ноября 2025г. Сад (режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масс а	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
5	Каша манная	180	1,65	0,16	11,3	53,28
	Батон	50	3,2	0,4	20	96
	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	41
	Масло сливочное	5				
<b>итого</b>		<b>415</b>	<b>4,87</b>	<b>0,56</b>	<b>31,3</b>	<b>190,28</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,9	0	22,9	148,5
<b>итого</b>		<b>150</b>				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
82	Суп Гороховый	180	25,71	7,11	13,43	236,97
302	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
64	Котлета мясная	80	10,46	8,89	8,7	156,99
349	Компот из сухофруктов	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	48
<b>итого</b>		<b>620</b>	<b>46,2</b>	<b>21,61</b>	<b>95,38</b>	<b>773,06</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
104	Суп молочный с макаронными изделиями	110	5,4	4,3	37,7	211,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
10	Чай	200	5,5	4,9	9,09	0,019
	Кондитерское изделие	20				
	Яблоко	70	3,2	0,4	20	96
<b>итого</b>		<b>510</b>	<b>14,12</b>	<b>9,6</b>	<b>66,79</b>	<b>348,419</b>
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>1695</b>	<b>48,67</b>	<b>51,93</b>	<b>265,5</b>	<b>1735,44</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 24 Ноября 2025 г Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1 Завтрак:</b>						
5	Каша манная	180	1,65	0,16	11,3	53,28
	Батон	50	3,2	0,4	20	96
	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	41
	Масло сливочное	5				
итого		415	4,87	0,56	31,3	190,28
<b>2 2 завтрак:</b>						
	Сок	150	0,9	0	22,9	148,5
итого		150				
<b>3 Обед:</b>						
82	Суп Гороховый	180	25,71	7,11	13,43	236,97
302	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
64	Котлета мясная	80	10,46	8,89	8,7	156,99
349	Компот из сухофруктов	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	48
итого		620	46,2	21,61	95,38	773,06
<b>4 Полдник:</b>						
104	Суп молочный с макаронными изделиями	110	5,4	4,3	37,7	211,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
10	Чай	200	5,5	4,9	9,09	0,019
	Картофель запеченный	110	0,02	-	-	41
	Кондитерское изделие	20				
	Яблоко	70	3,2	0,4	20	96
итого		510	14,12	9,6	66,79	348,419
Калорийность всего за день (ккал):						
		1695	48,67	51,93	265,5	1735,44

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик: М