

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

Меню на 3 апреля 2026 г.

Сад
(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 овсяная	155	0,38	0,13	3,12	15,15
	50	Хлеб	50	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
		сыр					
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	150	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			180				
3		Обед:					
	16	Свекольник со сметаной	180	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Макаронны 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:					
	104	Калач с вареньем	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
ИТОГО			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 3 апреля 2026 г.

Ясли

(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 овсяная	150	0,38	0,13	3,12	15,15
	50	Хлеб	50	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	3,93	0,32	0,07	18,84
		сыр					
Итого			420	7,56	4,48	23,26	163,09
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	150	0,9	0,18	17,71	76,9
Итого			180				
3		Обед:					
	16	Свекольник со сметаной	150	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Макароны отварные	100	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:					
	104	Калач с вареньем	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
Итого			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: _____

Кладовщик: _____