

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



Меню на 8 Апреля 2026г Сад

(режим работы группы 10,5)

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность |
|------------------------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| 8 | Капша Пшеничная | 180 | 6,76 | 10,42 | 39,38 | 124,94 |
| | Хлеб | 40 | 2,4 | 0,3 | 15 | 72 |
| 31 | Чай | 180 | 3,94 | 3,26 | 16,46 | 0,019 |
| | Сыр | 10 | 4,64 | 5,9 | 46,11 | 72 |
| итого | | 410 | 13,1 | 13,98 | 70,84 | 196,959 |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок | 100 | 4,35 | 4,8 | 33,52 | 88,5 |
| итого | | 100 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| 11 | Суп Овощной со сметаной | 180/5 | 7,6 | 9,7 | 8,1 | 153 |
| 302 | Гречка отварная | 130 | 7,45 | 5,28 | 33,49 | 211,25 |
| | Суфле из печени | 70 | 5,7 | 10,9 | 4 | 127,1 |
| 34 | Компот | 180 | 0,14 | 0,04 | 0,9 | 52,8 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 |
| итого | | 430 | 24,09 | 26,32 | 66,49 | 640,15 |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| | Манник с повидлом | 80 | 5,6 | 9,6 | 40 | 264 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,05 | 0,012 | 0,019 |
| | Яблоко | 70 | | | | |
| | | 330 | 5,66 | 9,65 | 40,01 | 264,019 |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1475 | 60,99 | 64,15 | 234,4 | 1537,7 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.



Меню на 8 Апреля 2026 г Сад

(режим работы группы 12 ч)

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность (ккал) |
|---|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| 98 | Каша пшеничная | 180 | 6,76 | 10,42 | 39,38 | 124,94 |
| | Хлеб | 40 | 2,4 | 0,3 | 0,07 | 72 |
| 10 | Чай | 180 | 0,06 | 0,05 | 0,012 | 0,019 |
| | Сыр | 10 | 4,64 | 5,9 | 46,11 | 72 |
| | итого | 410 | 13,86 | 16,67 | 85,57 | 268,959 |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок | 100 | 4,35 | 4,8 | 33,52 | 88,5 |
| | итого | 100 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| 11 | Суп Овощной со сметаной | 180/5 | 7,6 | 9,7 | 8,1 | 153 |
| 302 | Гречка отварная | 130 | 7,45 | 5,28 | 33,49 | 211,25 |
| | Суфле из печени | 70 | 5,7 | 10,9 | 4 | 127,1 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,06 | 0,01 | 1,32 | 52,8 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,6 | 0,2 | 10 | 96 |
| | итого | 430 | 22,41 | 26,09 | 56,91 | 640,15 |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| | Манник с повидлом | 80 | 5,6 | 9,6 | 40 | 264 |
| | Чай | 180 | 10,35 | 0,72 | 21,65 | 0,019 |
| 128 | Гуляш из говядины | 70 | 12,6 | 9,49 | 6 | 168,7 |
| | Рис отварной | 150 | 11,92 | 8,8 | 11,64 | 173 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1,6 | 0,2 | 10 | 48 |
| | Яблоко | 70 | | | | |
| Калорийность всего за день (ккал): | | 940 | 37,98 | 37,22 | 178,1 | 1183,3 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____