

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



Меню на 10 Апреля 2026г

Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
215	Каша овсянная	150	6,76	10,42	19,8	162,25
	Хлеб	30	3	1,1	28,7	72
33	Чай	180	2,72	12,96	12,96	0,019
	Сыр	10	3,6	3,9		51
итого		370	16,08	28,38	61,46	285,269
2	2 завтрак:					
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	40
итого		100				
3	Обед:					
146	Борщ со сметаной	150/5	3,93	1,98	14,68	155,5
35	Перловка отварная	100	4,2	4,4	26,9	128,3
41	Гуляш из говядины	60	11,92	8,8	11,64	142,8
34	Компот из шиповника	150	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	30	2,34	13,24	0,54	72
итого		340	22,99	28,67	72,36	577,9
4	Полдник:					
	Пицца	60	3,98	0,42	26,63	112,8
132	Чай	150	0,3	0	15,2	67,5
	Фрукт	70				
Калорийность всего за день (ккал):						
		440	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____
Кладовщик: _____

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



Меню на 10 Апреля 2026г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ р/р	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
	1	Завтрак:					
	215	Каша овсянная	175	6,76	10,42	19,8	189,3
		Хлеб	40	3	1,1	28,7	96
	33	Чай	180	2,72	12,96	12,96	0,019
		Сыр	10	3,6	3,9		51
	итого		405	16,08	28,38	61,46	336,319
	2	2 завтрак:					
	итого		100				
	3	Обед:					
	146	Борщ со сметаной	180/5	3,93	1,98	14,68	186,6
	35	Перловка отварная	130	4,2	4,4	26,9	166,9
	41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	34	Компот из шиповника	180	0,6	0,25	18,6	79,3
		Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
	итого		430	22,99	28,67	72,36	701,8
	4	Полдник:					
		Пицца	70	3,98	0,42	26,63	128,92
	132	Чай	180	0,3	0	15,2	81
		Фрукт	100				
	итого		350	4,28	0,42	41,83	209,92
Калорийность всего за день (ккал):							
			1285	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: М

