

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



## Меню на 20 апреля 2026 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	100	Каша ячневая	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
		масло					
ИТОГО			420	7,56	4,48	23,26	163,09
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	150	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	19	Суп Шахтерский	180	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Гречка отварная	130	2,31	2,29	9,74	69,65
	42	Шницель мясной	70		8,8	11,64	173
	34	Кисель	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			640				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	21	Суп молочный	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб	50	3,2	0,4	20	96
		Кондитерское изделие					
ИТОГО			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_



## Меню на 20 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	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	100	Каша ячневая	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
		масло					
итого			420	7,56	4,48	23,26	163,09
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	150	0,9	0,18	17,71	76,9
итого			180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	19	Суп Шахтерский	150	0,66	02,02	4,52	42,4
	25	Гречка отварная	100	2,31	2,29	9,74	69,65
	42	Шницель мясной	70		8,8	11,64	173
	34	Кисель	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			640				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	21	Суп молочный	70	2,99	0,31	20,01	96,86
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	50	Хлеб	50	3,2	0,4	20	96
		Кондитерское изделие					
итого			250	3,01	0,31	20,01	96,879

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_