

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



## Меню на 21 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>					
	1	Каша гречневая	155	1,08	0,15	11,4	51,28
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		Кондитерское изделие					
<b>итого</b>			380	4,35	3,78	31,47	180,39
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	84	Снежок	100				
<b>итого</b>			100				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	1	Суп Кудрявый	180				
	25	Рис отварной	130	2,85	7,12	18,8	151,11
	61	Суфле из рыбы	70	09,05	7,95	11,29	152,4
	32	Компот из шиповника	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
<b>итого</b>			600				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	104	Пирожок	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	31	Чай с сахаром	180	0,06		0,01	0,57
		фрукт					
<b>итого</b>			250	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 21 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>					
	1	Каша гречневая	150	1,08	0,15	11,4	51,28
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		Кондитерское изделие					
<b>итого</b>			380	4,35	3,78	31,47	180,39
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	84	Снежок	100				
<b>итого</b>			100				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	1	Суп Кудрявый	150				
	25	Рис отварной	100	2,85	7,12	18,8	151,11
	61	Суфле из рыбы	70	09,05	7,95	11,29	152,4
	32	Компот из шиповника	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
<b>итого</b>			540				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	104	Пирожок	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	31	Чай с сахаром	180	0,06		0,01	0,57
		фрукт					
<b>итого</b>			250	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_