

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



Меню на 23 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	
1		Завтрак:					
	102	Каша Рябушка	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					
итого			400	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	65	Йогурт	100				
итого			100				
3		Обед:					
	37	Суп с клецками	180				
	25	Пюре картофельное	130	22,02	6,79	19,95	259
	42	Гуляш	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	31	Компот из шиповника	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			660				
4		Полдник:					
	104	Расстегай с рыбой	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	31	Чай с сахаром	180	0,06		0,01	0,57
итого			350	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 23 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:					
	102	Каша Рябушка	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					
итого			400	4,35	3,78	31,47	180,39
2		2 завтрак:					
	65	Йогурт	100				
итого			100				
3		Обед:					
	37	Суп с клецками	150				
	25	Пюре картофельное	100	22,02	6,79	19,95	259
	42	Гуляш	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	31	Компот из шиповника	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого			660				
4		Полдник:					
	104	Расстегай с рыбой	70	10,24	6,38	28,2	223,2
	31	Чай с сахаром	180	0,06		0,01	0,57
итого			350	10,3	6,38	28,21	223,77

Повар: _____

Кладовщик: _____