

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



## Меню на 24 Апреля 2026г Ясли (режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
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
<b>итого</b>		<b>370</b>	<b>16,08</b>	<b>28,38</b>	<b>61,46</b>	<b>285,269</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	40
<b>итого</b>		<b>100</b>				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
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 сухофруктов	150	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	30	2,34	13,24	0,54	72
<b>итого</b>		<b>340</b>	<b>22,99</b>	<b>28,67</b>	<b>72,36</b>	<b>577,9</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Бууза	60	3,98	0,42	26,63	112,8
132	Чай	150	0,3	0	15,2	67,5
	Хлеб	20	2,34	13,24	0,54	48
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>390</b>	<b>75,03</b>	<b>88,99</b>	<b>203,1</b>	<b>1808,21</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_  
Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 24 Апреля 2026г

### Сад

(режим работы группы 10,5)

№ п/п	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
	<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	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
	<b>итого</b>		405	16,08	28,38	61,46	336,319
	<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	<b>итого</b>		100				
	<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	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 сухофруктов	180	0,6	0,25	18,6	79,3
		Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
	<b>итого</b>		430	22,99	28,67	72,36	701,8
	<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
		Бууза	70	3,98	0,42	26,63	128,92
	132	Чай	180	0,3	0	15,2	81
		Хлеб	30	2,34	13,24	0,54	72
		Фрукт	60	6,62	13,66	42,37	281,92
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
			995	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: У \_\_\_\_\_

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



## Меню на 24 Апреля 2026г

### Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
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
<b>итого</b>		405	16,08	28,38	61,46	336,319
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	40
<b>итого</b>		100				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
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 сухофруктов	180	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
<b>итого</b>		430	22,99	28,67	72,36	701,8
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Бууза	70	3,98	0,42	26,63	128,92
132	Чай	180	0,3	0	15,2	81
	Кондитерское изделие	30				
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
	Фрукт	70				
		400				
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		935	64,27	70,2	204,6	1370,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик: М