

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

Меню на 20 мая 2026 г.

если
(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:					
	98	Каша пшеничная	150	2	0,26	13,08	62,6
	50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		Кондитерское изделие					
ИТОГО			435	8,75	8,72	33,15	245,719
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	100	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			100				
3		Обед:					
	19	Суп овощной со сметаной	150	2,23	1,57	16,38	88,92
	28	Гречка отварная	100	5,56	3,73	34,93	199,3
	75	Суфле из печени	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	32	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			540				
4		Полдник:					
	к/к	Манник со сгущенкой	70	10,5	1,2	-	52,8
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
		фрукт					
ИТОГО		Итого	250	10,77	1,37	0,11	56,01

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 20 мая 2026 г.

Сад
(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ технолог.карт ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	98	Каша пшеничная	155	2	0,26	13,08	62,6
	50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		Кондитерское изделие					
ИТОГО			435	8,75	8,72	33,15	245,719
2		2 завтрак:					
	76	Сок фруктовый	100	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			100				
3		Обед:					
	19	Суп овощной со сметаной	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	28	Гречка отварная	130	5,56	3,73	34,93	199,3
	75	Суфле из печени	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	32	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
ИТОГО			650				
4		Полдник:					
	к/к	Манник со сгущенкой	70	10,5	1,2	-	52,8
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
		фрукт					
ИТОГО		Итого	250	10,77	1,37	0,11	56,01

Повар: _____

Кладовщик: _____