

уходящий МАДОУ «Детский сад № 10220300974189

Меню на 27 Мая 2026г

Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша рисовая	150	2,01	7,4	23,49	179,5
	Хлеб пшеничный	30	3,2	0,4	20	96
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10	4,64	5,9		72
итого		340	5,23	7,8	43,49	275,519
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,7	0	19	82,5
итого		100				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	150/8	1,2	3,5	6,1	42
26	Макароны отварные	100	5,5	04.01	26,44	168
277	Котлета мясная	60	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	150	0.7	0.09	21.26	96
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	96
итого		340	24,8	20,8	46,64	577,75
4	Полдник:					
264	Пирожок с печенью	60	7,68	4,79	21,15	167,4
31	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28
	Фрукт	70				
итого		280	7,72	4,8	28,14	195,4
Калорийность всего за день (ккал):						
		1060				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 27 Мая 2026 г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша рисовая	175	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Чай	180	0,05	3,63	0,07	33,1
	Сыр	10	4,64	5,9		72
итого		605	8,47	12,13	40,07	303,819
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,7	0	19	82,5
итого		100				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	180/5	1,2	3,5	6,1	42
26	Макароны отварные	130	5,5	04.01	26,44	168
277	Котлета из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	180	0.7	0.09	21.26	96
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	96
итого		430	24,8	20,8	46,64	577,75
4	Полдник:					
103	Пирожок с печенью	70	10,24	6,38	28,2	223,2
31	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	6,99	28
	Фрукт	80				
итого		330	10,28	6,39	35,19	251,2
Калорийность всего за день (ккал):						
		1465				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 27 Мая 2026г

Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша рисовая	200	5,3	8,7	27,4	209,4
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10	4,64	5,9		72
итого		430	6,92	8,9	37,4	257,419
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,9	0,18	17,71	76,9
итого		100				
3	Обед:					
15	Щи со сметаной	200/5	1,2	3,5	6,1	42
26	Макароны отварные	130	5,5	04.01	26,44	168
277	Котлета из говядины	70	15	12,9	11.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0,33	0,015	20,82	84,75
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	48
итого		655	23,63	18,69	75	518,5
4	Уплотненный полдник:					
96	Каша гречневая	200	6,98	10,42	25	222,38
103	Пирожок с печенью	80	10,24	6,38	28,2	223,2
31	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	6,99	28
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	96
	Яблоко	80	3,15	2,72	31,98	89
итого		590	22,01	19,73	102,17	658,58
Калорийность всего за день (ккал):						
		1775				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____