

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

## Меню на 17 июня 2026 г.

Сад  
(режим работы группы 10,5 ч)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	98	Каша пшенная	155	2	0,26	13,08	62,6
	50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
ИТОГО			435	8,75	8,72	33,15	245,719
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	100	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			100				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	19	Свекольник	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	28	Гречка отварная	130	5,56	3,73	34,93	199,3
	41	Гуляш	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				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	к/к	Кондитерское изделие	70	10,5	1,2	-	52,8
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
ИТОГО		Итого	250	10,77	1,37	0,11	56,01

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №3 «Колобок»

Зарубина Т.Л.

## Меню на 17 июня 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>					
	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
ИТОГО			435	8,75	8,72	33,15	245,719
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	76	Сок фруктовый	100	0,9	0,18	17,71	76,9
ИТОГО			100				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	19	Свекольник	150	2,23	1,57	16,38	88,92
	28	Гречка отварная	100	5,56	3,73	34,93	199,3
	41	Гуляш	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				
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	к/к	Кондитерское изделие	70	10,5	1,2	-	52,8
	62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
ИТОГО		Итого	250	10,77	1,37	0,11	56,01

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_