

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



Меню на 25 Июня 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:					
99	Каша пшеничная	175	5,9	9,1	22,6	197,2
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	15	72
31	Чай	180	0,04	0,01	6,99	0,019
итого		395	8,34	9,41	44,59	269,219
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,5	0	12,7	82,5
итого		100				
3	Обед:					
101	Суп с макаронными изделиями	180/5	9,38	10,12	20,8	211,02
305	Рис отварной	130	7,5	12,6	65	388
143	Котлета рыбная	70	7,2	6,4	4,3	115,28
388	Кисель	180	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	48
		430	26,28	29,57	118,7	841,6
4	Уплотненный полдник:					
104	Пицца	80	4,13	8	34,12	345
33	Чай	180	3,67	3,19	15,82	107
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
10	Омлет	150	14,5	28,3	2,9	303
итого		450	9,4	11,39	59,94	548
Калорийность всего за день (ккал):						
		1375	32,91	47,04	119,95	1074,029

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 25 Июня 2026г

Сад 10,5

(режим работы группы 10,5)



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
215	Каша Пшеничная	175	5,9	9,1	22,6	197,2
к/к	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
31	Чай	180	0,06	0,02	9,99	0,019
итого		395	9,16	9,52	52,59	293,219
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,5	0	12,7	123,75
итого		100				
3	Обед:					
101	Суп с макаронными изделиями	180/8	9,38	10,12	20,8	211,02
305	Рис отварной	130	7,5	12,6	65	388
226	Котлета рыбная	70	11,63	5,72	4,27	115,28
388	Компот из сухофруктов	180	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	96
итого		430	30,71	28,89	118,67	889,6
4	Полдник:					
104	Пицца	80	4,13	8	34,12	345
33	Чай	180	3,67	3,19	15,82	107
итого		260	7,8	11,19	49,94	452
Калорийность всего за день (ккал):						
		1185	40,51	42,17	177,72	1365,5

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

Ясли

пищи, наименование	Масса	
--------------------	-------	--

[illegible]

Повар: _____

Кладовщик:	
------------	--