

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

Меню на 15 июля 2026 г.

ясли
(режим работы группы 10,5 ч)

№ реп.	№ технолог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые веще- ства (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	98	Каша пшенная	150	2	0,26	13,08	62,6
	50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
		сыр					
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	150	2,23	1,57	16,38	88,92
	28	Гречка отварная	100	5,56	3,73	34,93	199,3
	42	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	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 15 июля 2026 г.

Сад
(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
				Б	Ж	У	ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	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
		сыр					
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	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	28	Гречка отварная	130	5,56	3,73	34,93	199,3
	42	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	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: _____