

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



Меню на 20 июля 2026 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ реп.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наимено- вание блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	93	Каша манная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			400	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок	150				
итого			150				
3		Обед:					
	15	Суп гороховый	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	25	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Тефтеля	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	32	Компот	180	0,98	0,13	29,76	119,85
итого			660	38,54	62,1	202,71	803,76
4		Полдник:					
	10	Булочка с повидлом	100	3	3,2	4,7	60
	62	Чай	180	0,67	0,13	5,43	25,66
итого			510	21,87	16,63	30,13	357,41

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 20 июля 2026 г.

Если
(режим работы группы 10,5 ч)

№ реп.	№ техно- лог. карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Пищевые веще- ства (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1		Завтрак:					
	93	Каша манная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	62	Чай	180	0,02	-	-	0,019
итого			400	4,92	4,19	31,37	182,399
2		2 завтрак:					
	76	Сок	180				
итого			180				
3		Обед:					
	15	Суп гороховый	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	25	Гречка отварная	100	7,45	5,28	33,49	211,25
	41	Тефтеля	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	50	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	32	Компот	150	0,98	0,13	29,76	119,85
итого			660	38,54	62,1	202,71	803,76
4		Полдник:					
	10	Булочка с повидлом	70	3	3,2	4,7	60
	62	Чай	180	0,67	0,13	5,43	25,66
итого			510	21,87	16,63	30,13	357,41

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____