

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

# Меню на 26 февраля 2021 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)



№ рец.	№ тех. нолог. карты	Прием пищи, вание	наимено- блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	215		Омлет натуральный	150	5,5	8,77	29,27	213,0
	62		Чай с молоком	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	50		Хлеб	40	4,5	1,7	30,8	157,2
	48		Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к		Конфета	30	0,88	6,08	29,68	175,2
<b>итого</b>				405	10,1	14,14	60,14	413,62
		<b>2 Завтрак:</b>						
	76		Сок фруктовый	100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>итого</b>				100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>2</b>		<b>Обед:</b>						
	23		Рассольник с крупой	180	3,72	8,14	8,68	145,9
	41		Биточки мясные	70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27		Капуста тушеная	130	3,13	5,56	14,38	120,0
	32		Компот из изюма	180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50		Хлеб	40	2,34	0,54	19,93	96,0
			Салат из зеленого горошка	50				
<b>итого</b>				650	21,55	23,06	82,39	647,9
<b>3</b>		<b>Полдник:</b>						
	62		Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	102		Вак-беляш	70	7,9	4,69	25,0	173,0
<b>итого</b>				250	8,86	4,92	42,72	250,32
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>								
				1405	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

*Handwritten signature of the cook*

*Handwritten signature of the storekeeper*

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



# Меню на 26 февраля 2021 г.

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч.)

№ рец.	№ тех. нолог. карты	Прием пищи, вание	наимено- блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	215		Омлет натуральный	150	5,5	8,77	29,27	213,0
	62		Чай с молоком	150	0,06	0,05	0,012	0,42
	50		Хлеб	30	4,5	1,7	30,8	157,2
	48		Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к		Конфета	15	0,88	6,08	29,68	175,2
<b>итого</b>				350	10,1	14,14	60,14	413,62
		<b>2 Завтрак:</b>						
	76		Сок фруктовый	100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>итого</b>				100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>2</b>		<b>Обед:</b>						
	23		Рассольник с крупой	150	3,72	8,14	8,68	145,9
	41		Биточки мясные	50	11,92	8,80	11,64	173,0
	27		Капуста тушеная	80	3,13	5,56	14,38	120,0
	32		Компот из изюма	150	0,44	0,02	27,76	113,0
	50		Хлеб	20	2,34	0,54	19,93	96,0
<b>итого</b>				450	21,55	23,06	82,39	647,9
<b>3</b>		<b>Полдник:</b>						
	62		Чай	150	0,06	0,05	0,012	0,42
	102		Вак-беляш	50	7,9	4,69	25,0	173,0
<b>итого</b>				200	8,86	4,92	42,72	250,32
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>								
				1100	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок  
Повар: Фили

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

# Меню на 26 февраля 2021 г.

Сад

(режим работы группы 12 ч.)



№ рец.	№ тех нолог. карты	Прием пищи, вание	наимено- блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	215	Омлет натуральный		155	5,5	8,77	29,27	213,0
	62	Чай с молоком		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	50	Хлеб		40	4,5	1,7	30,8	157,2
	48	Масло (порциями)		5	0,04	3,62	0,065	43,0
	к/к	Конфета		20	0,88	6,08	29,68	175,2
итого				400	10,1	14,14	60,14	413,62
		<b>2 Завтрак:</b>						
	76	Сок фруктовый		100	0,90	0,18	17,71	76,9
итого				100	0,90	0,18	17,71	76,9
<b>2</b>		<b>Обед:</b>						
	23	Рассольник с крупой		180	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушенная		130	3,13	5,56	14,38	120,0
	32	Компот из изюма		180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб		40	2,34	0,54	19,93	96,0
		Салат из зеленого горошка		50				
итого				650	21,55	23,06	82,39	647,9
<b>3</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>						
	62	Чай		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	102	Вак-беляш		70	7,9	4,69	25,0	173,0
	22	Макаронны отварные с сыром		250	0,74	0,06	3,93	19,95
	50	Хлеб		30	2,34	0,54	19,93	96,0
	41	Салат из моркови		120				
итого				650	3,08	0,6	23,86	115,95
Калорийность всего за день (ккал):				1800	44,49	42,9	226,82	1504,69

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: Филипп

Кладовщик: Т.Л. Зарубина