

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

# Меню на 11 февраля 2022 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	Каша из пшена и риса «Дружба»		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
	к/к	Печенье						
<b>итого</b>				330	10,1	14,14	60,14	413,62
		<b>2 Завтрак:</b>						
	к/к	Яблоко		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
	349	Компот из сухофруктов		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 с сахаром		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>								
				1080	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

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

# Меню на 11 февраля 2022 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)



№ рец.	№ техно-лог. карты	Прием пищи, вание	наимено- блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	215	Каша из пшена и риса «Дружба»		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
	к/к	Печенье						
итого				370	10,1	14,14	60,14	413,62
		<b>2 Завтрак:</b>						
	к/к	Яблоко		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		200	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушеная		150	3,13	5,56	14,38	120,0
	349	Компот из сухофруктов		180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб		50	2,34	0,54	19,93	96,0
итого				650	21,55	23,06	82,39	647,9
<b>3</b>		<b>Полдник:</b>						
	62	Чай с сахаром		180	0,06	0,05	0,012	0,42
	102	Вак-беляш		70	7,9	4,69	25,0	173,0
итого				250	8,86	4,92	42,72	250,32
Калорийность всего за день (ккал):								
				1370	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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

# Меню на 11 февраля 2022 г.

Сад

(режим работы группы 10,5 ч.)



№ рец.	№ тех. нол. карт	Прием пищи, вание	наимено- блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>						
	215	Каша из пшена и риса «Дружба»		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
	к/к	Печенье						
<b>итого</b>				370	10,1	14,14	60,14	413,62
		<b>2 Завтрак:</b>						
	к/к	Яблоко		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		200	3,72	8,14	8,68	145,9
	41	Биточки мясные		70	11,92	8,80	11,64	173,0
	27	Капуста тушеная		150	3,13	5,56	14,38	120,0
	349	Компот из сухофруктов		180	0,44	0,02	27,76	113,0
	50	Хлеб		50	2,34	0,54	19,93	96,0
<b>итого</b>				650	21,55	23,06	82,39	647,9
<b>3</b>		<b>Полдник:</b>						
	62	Чай с сахаром		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>								
				1370	41,41	42,3	202,96	1388,74

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_