

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



## Меню на 25 февраля 2022г Ясли (режим работы группы 10,5)

№ рец.	№ тех нол ог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
				Б	Ж	У	ценность (ккал)
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	66	Каша пшениная	150	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
	к/к	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
		Чай	150	2,65	2,33	11,31	0,019
<b>итого</b>			335	9,6	13,66	49,88	284,619
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	к/к	Сок	100	0,5	0	12,7	55
<b>итого</b>			100				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	3	Суп с макаронными изделиями	150	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Гречка отварная	70	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Биточек мясной	50	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	150	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
<b>Итого</b>			440	17,26	6,6	59,16	482,7
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	263	Калачик молочный	75	16	12,8	11,8	108,5
		Чай	150	2		9,6	59,4
		Фрукт	150				
<b>итого</b>			375	16	12,8	21,4	167,9
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
			1250	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

**Утверждаю:**  
 Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"  
 Зарубина Т.Л.



## Меню на 25 февраля 2022г Сад

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	№ тех	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	66	Каша из пшеничная	175	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	40	3,2	0,4	20	96
		Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
<b>итого</b>			400	11,1	14,96	58,47	338,519
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	к/к	Сок фруктовый	150	0,5	0	12,7	82,5
<b>итого</b>			150				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	3	Суп с макаронными изделиями	180	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Капуста тушеная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Биточек мясной	70	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	180	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
<b>итого</b>			600	20,32	6,79	80,42	661,15
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	263	Калачик молочный	100	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	180	2		9,6	71,3
		фрукт					
<b>итого</b>			400	5,6	6,7	26,2	223,2
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
			1550	33,17	30,53	176,5	1348,62

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_



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

**Меню на 25 февраля 2022 г**  
**Сад**  
**(режим работы группы 12)**

№ рец.	№ тех нол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	66	Каша из пшеничная	175	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	40	3,2	0,4	20	96
		Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
<b>итого</b>			400	11,1	14,96	58,47	338,519
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	к/к	Сок	150	0,5	0	12,7	82,5
<b>итого</b>			150				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	3	Суп с макаронными изделиями	200	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Капуста тушеная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Биточек мясной	70	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	180	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
<b>итого</b>			620	20,32	6,79	80,42	661,15
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>					
	263	Калачик сметанный	100	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай	180	0,04	0,01	0	71,3
	36	Фрукт	150	11,17	10,28	31,78	264
		Каша манная	120				
<b>Итого</b>			550	16,81	16,99	48,38	487,2
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
			1170	33,36	30,44	178,48	1399,3

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_