

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



## Меню на 17 Февраля 2025г Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
95	Каша рисовая	180	3,2	0,2	14	67,1
70	Батон	40	3,2	0,4	20	72
48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
62	Какао с молоком	180	3,59	0,29	0,06	17,21
49			2,5	2,7		34
<b>итого</b>		405	12,54	6,82	34,13	223,41
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,7	0	19	123,7
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Харчо	200	1,15	3,8	7,47	62,49
27	Гречка отварная	110	5,73	00,01	25,76	162,5
41	Шницель из говядины	70	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
31	Компот из сухофруктов	180	1,26	0,16	38,27	154,1
50	Хлеб пшеничный	50	2,4	0,3	15	96
				2,8	2,8	36
<b>итого</b>		630	16,42	17,74	122,58	758,54
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
10	Суп молочный с макаронными изделиями	150	10,35	0,72	21,65	134,55
62	Чай	130	0,27	0,17	0,11	3,21
50	Хлеб	40	2,4	0,3	15	96
	Кондитерское изделие	30	2,5	3,3	19,8	132
	Яблоко	60				
<b>итого</b>		410	13,02	1,19	36,76	233,76
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1595	43,55	31,58	244,2	1551,31

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_  
Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 17 Февраля 2025г Ясли (режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	(ккал)
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
15	Каша рисовая	180	3,2	0,2	14	67,1
70	Батон	40	2,4	0,3	15	72
48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
62	Какао с молоком	150	3,59	0,29	0,06	17,21
49			2,5	2,7		34
<b>итого</b>		375	11,74	7,12	29,13	223,41
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок фруктовый	150	0,5	0	12,7	82,5
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Харчо	150/5	1,15	3,8	7,47	62,49
27	Гречка отварная	110	5,73	04,06	25,76	162,5
41	Шницель из говядины	60	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	74,5
31	Компот из кураги	180	1,26	0,16	38,27	154,1
50	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
				2,8	2,8	36
		578	18,79	49,22	156,75	441,69
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
10	Суп молочный с макаронными изделиями	180	10,35	0,72	21,65	134,55
62	Чай	130	0,27	0,17	0,11	3,21
	Хлеб	30	1,6	0,2	10	48
56	Картофель запеченный с сыром	150	1,28	0,26	10,4	49,13
	Кондитерское изделие	30	2,5	3,3	19,8	132
	Фрукт	60				
<b>итого</b>		580	12,22	1,09	31,76	185,76
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1683	41,24	66,03	251,6	1071,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_  
Кладовщик:   Ч



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.

## Меню на 17 Февраля 2025г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	
			Б	Ж	У		
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>						
95	Каша рисовая	180	3,2	0,2	14	67,1	
70	Батон	40	3,2	0,4	20	96	
48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1	
62	Какао с молоком	180	3,59	0,29	0,06	17,21	
<b>49</b>			2,5	2,7		34	
<b>итого</b>		405	12,54	6,82	34,13	247,41	
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>						
	Сок фруктовый	150	0,7	0	19	123,7	
<b>итого</b>		150					
<b>3</b>	<b>Обед:</b>						
12	Суп Харчо	200	1,15	3,8	7,47	116,11	
27	Гречка отварная	150	7,45	05.01	25,76	211,25	
41	Шницель из говядины	70	3,16	2,79	18,03	102,6	
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	96,1	
31	Компот из кураги	180	1,26	0,16	38,27	154,1	
к/к	Хлеб пшеничный	50	3.2	0.4	20		
			0,9	0,2	1	20	
<b>итого</b>		675	17,7	20,06	125,78	700,16	
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>						
10	Суп молочный с макаронными изделиями	150	10,35	0,72	21,65	134,55	
62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21	
50	Хлеб	40	3.2	0.4	20	96	
	Кондитерское изделие	30	2,5	3,3	19,8	132	
	Яблоко	80					
<b>итого</b>		480					
			44,24	3,12	4,19	61,56	365,76
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
		1710	43,07	35,8	238,7	1481,4	

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: М \_\_\_\_\_

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



## Меню на 17 Февраля 2025г Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
95	Каша рисовая	180	3,2	0,2	14	67,1
70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
62	Какао с молоком	180	3,59	0,29	0,06	17,21
<b>49</b>			2,5	2,7		34
<b>итого</b>		405	12,54	6,82	34,13	247,41
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок фруктовый	150	0,7	0	19	123,7
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Харчо	200	1,15	3,8	7,47	116,11
27	Гречка отварная	150	7,45	05,01	25,76	211,25
41	Шницель из говядины	70	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	96,1
31	Компот из кураги	180	1,26	0,16	38,27	154,1
к/к	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	
			0,9	0,2	1	20
<b>итого</b>		675	17,7	20,06	125,78	700,16
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
10	Суп молочный с макаронными изделиями	200	10,35	0,72	21,65	134,55
62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
56	Картофель запеченный с сыром	150	1,28	0,26	10,4	49,13
	Кондитерское изделие	30	2,5	3,3	19,8	132
	Фрукт	80				
<b>Итого</b>		680	3,78	4,45	71,96	414,89
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1310	43,07	35,8	238,7	1481,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_