

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



Меню на 26 Февраля 2025г

Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай с лимоном	200	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10				
итого		425	8,47	12,13	40,07	303,819
2	2 завтрак:					
	Сок	150	0,7	0	19	82,5
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	200	6,2	6	10,3	180
26	Макароны отварные	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Гуляш из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0.7	0.09	21.26	96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
итого		640	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Кекс Зебра	70	3,9	0,4	26,6	128,63
	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Фрукт	70				
итого		320	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1535				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____


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

Меню на 26 Февраля 2025г Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	155	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	48
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай с лимоном	180	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10				
итого		390	6,87	11,93	30,07	255,819
2	2 завтрак:					
	Сок	150	0,5	0	12,7	55
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	180/8	5,16	5,04	8,6	100
26	Лапша отварная	130	2,9	03.01	14,1	89,6
277	Гуляш из говядины	60	15	12,9	3.1	125,3
32	Компот из сухофруктов	180	0,33	0,015	20,82	84,75
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
итого		410	24,99	18,69	56,62	447,65
4	Полдник:					
264	Кекс Зебра	60	2,8	0,3	19,02	92,09
	Картофель запеченный с маслом	200	10,35	0,72	21,65	134,55
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
33	Чай	180	3,15	2,72	31,98	89
	Фрукт	70				
итого		250	17,9	3,94	82,65	411,64
Калорийность всего за день (ккал):						
		1200				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 26 Февраля 2025г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай с лимоном	180	0,05	3,63	0,07	33,1
	Сыр	10				
итого		605	8,52	15,76	40,14	336,919
2	2 завтрак:					
	Сок	150	0,7	0	19	82,5
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	200	6,2	6	10,3	180
26	Лапша отварная	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Гуляш из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0.7	0.09	21.26	96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Икра кабачковая	20				
итого		660	29	20,8	47,4	693,35
4	Полдник:					
264	Кекс Зебра	70	3,9	0,4	26,6	128,63
	Чай	200	0,27	0,17	0,11	3,21
	Фрукт	70				
итого		340	4,17	0,57	26,71	131,84
Калорийность всего за день (ккал):						
		1755				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: Ц

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



Меню на 26 Февраля Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Суп молочный с рисом	170	5,2	8,1	20	174,7
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай с лимоном	200	0,02	-	-	0,019
	Сыр	10				
итого		425	8,47	12,13	40,07	303,819
2	2 завтрак:					
	Сок	150	0,7	0	19	82,5
итого		150				
3	Обед:					
87	Суп Щи со сметаной	200	6,2	6	10,3	180
26	Лапша отварная	130	4,7	03.01	23	145,6
277	Гуляш из говядины	70	16,5	13,3	4.1	175,75
32	Компот из сухофруктов	200	0.7	0.09	21,26	96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Икра кабачковая	20				
итого		660				
4	Уплотненный полдник:					
	Кекс Зебра	70	10,5	1,2	-	52,8
33	Чай	200	3,67	3,19	15,82	107
260	Картофель запеченный с маслом	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	фрукт	70				
итого		340	29,84	14,64	195,82	323,76
Калорийность всего за день (ккал):						
		1575				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____