

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



Меню на 9 Февраля 2026 г Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
100	Каша Ячневая	150	6,76	10,42	39,38	104,1
70	Хлеб	30	3,2	0,4	20	46
62	Чай	150	3,59	0,29	0,06	0,019
48	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	43
итого		335	13,59	14,33	59,505	193,119
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,7	0	19	123,7
итого		100				
3	Обед:					
52	Суп Шахтерский	150	3,32	4,83	15,74	96
26	Макароны отварные	100	5,5	04,01	26,44	129,2
41	Шницель	60	11,92	8,8	11,64	148,3
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	76
31	Кисель	150	0,98	0,13	29,76	99,8
50	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	46
				2,8	2,8	36
итого		510	26,84	29,26	116,63	631,3
4	Полдник:					
22	Суп молочный с рисом	175	5,76	6,63	18,28	109,2
62	Чай	150	0,27	0,17	0,11	0,019
50	Хлеб	30	2,4	0,3	15	46
	Кондитерское изделие	20				
итого		375	8,43	7,1	33,39	155,219
Калорийность всего за день (ккал):						
		1320	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 9 Февраля 2026г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
100	Каша Ячневая	180	6,76	10,42	39,38	124,94
70	Хлеб	40	3,2	0,4	20	72
62	Чай	180	3,59	0,29	0,06	0,019
48	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	43
итого		405	13,59	14,33	59,505	239,959
2	2 завтрак:					
	Сок фруктовый	100	0,7	0	19	123,7
итого		100				
3	Обед:					
52	Суп Шахтерский	180	3,32	4,83	15,74	115,2
26	Макароны отварные	130	5,5	04,01	26,44	168
41	Шницель	70	11,92	8,8	11,64	173
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	96,1
31	Кисель	180	0,98	0,13	29,76	119,85
к/к	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
			0,9	0,2	1	20
итого		675	17,7	26,36	119,83	788,15
4	Полдник:					
22	Суп молочный с рисом	200	5,76	6,63	18,28	156
62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	0,019
50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	72
	Кондитерское изделие	20				
итого		440				
			44236,03	6,8	38,39	228,019
Калорийность всего за день (ккал):						
		1620	43,07	35,8	238,7	1481,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 9 Февраля 2026г Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции				Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
100	Каша Ячневая	180	6,76	10,42	39,38	124,94
70	Хлеб	40	2,4	0,3	15	72
62	Чай	180	3,59	0,29	0,06	0,019
48	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	43
итого		405	12,79	14,63	54,505	239,959
2	2 завтрак:					
	Сок фруктовый	100	0,5	0	12,7	82,5
итого		100				
3	Обед:					
52	Суп Шахтерский	180	3,32	4,83	15,74	115,2
26	Макароны отварные	130	5,5	04,01	26,44	168
41	Шницель	70	11,92	8,8	11,64	173
67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	74,5
31	Кисель	180	0,98	0,13	29,76	119,85
50	Хлеб пшеничный	50	1,6	0,2	10	96
				2,8	2,8	36
		578	34,94	49,22	176,56	746,55
4	Уплотненный полдник:					
10	Картофель запеченный с сыром	200	4,54	5,57	13,39	125,28
62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	0,019
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	72
56	Кондитерское изделие	20	1,28	0,26	10,4	49,13
итого		440	6,41	5,94	23,5	197,299
Калорийность всего за день (ккал):						
		1523	41,24	66,03	251,6	1071,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

А/