

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

Меню на 27 Февраля 2026г

Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
215	Каша овсяная	150	6,76	10,42	19,8	162,25
	Хлеб	30	3	1,1	28,7	72
33	Чай	180	2,72	12,96	12,96	0,019
	Сыр	15	3,6	3,9		51
итого		375	16,08	28,38	61,46	285,269
2	2 завтрак:					
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	40
итого		100				
3	Обед:					
146	Борщ со сметаной	150/5	3,93	1,98	14,68	155,5
35	Перловка отварная	100	4,2	4,4	26,9	128,3
41	Гуляш из говядины	60	11,92	8,8	11,64	142,8
34	Компот из шиповника	150	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	30	2,34	13,24	0,54	72
итого		340	22,99	28,67	72,36	577,9
4	Полдник:					
	Бууза	60	3,98	0,42	26,63	112,8
132	Чай	150	0,3	0	15,2	67,5
	Хлеб пшеничный	30	2,34	13,24	0,54	72
	Яблоко	70				
Калорийность всего за день (ккал):						
		445	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

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



Меню на 27 Февраля 2026г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ р/р							
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность	
			Б	Ж	У		
1	Завтрак:						
215	Каша овсяная	175	6,76	10,42	19,8	189,3	
	Хлеб	40	3	1,1	28,7	96	
33	Чай	180	2,72	12,96	12,96	0,019	
	Сыр	15	3,6	3,9		51	
итого		410	16,08	28,38	61,46	336,319	
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	40	
итого		100					
3	Обед:						
146	Борщ со сметаной	180/5	3,93	1,98	14,68	186,6	
35	Перловка отварная	130	4,2	4,4	26,9	166,9	
41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173	
34	Компот из шиповника	180	0,6	0,25	18,6	79,3	
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96	
итого		430	22,99	28,67	72,36	701,8	
4	Полдник:						
	Бууза	70	3,98	0,42	26,63	128,92	
132	Чай	180	0,3	0	15,2	81	
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96	
	Яблоко	70					
итого		370	6,62	13,66	42,37	305,92	
Калорийность всего за день (ккал):							
		1310	75,03	88,99	203,1	1808,21	

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

Handwritten signature

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

Меню на 27 Февраля 2026г Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
215	Каша овсянная	175	6,76	10,42	19,8	189,3
	Хлеб	40	3	1,1	28,7	96
33	Чай	180	2,72	12,96	12,96	0,019
	Сыр	15	3,6	3,9		51
итого		410	16,08	28,38	61,46	336,319
2	2 завтрак:					
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	40
итого		100				
3	Обед:					
146	Борщ со сметаной	180/5	3,93	1,98	14,68	186,6
35	Перловка отварная	130	4,2	4,4	26,9	166,9
41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
34	Компот из шиповника	180	0,6	0,25	18,6	79,3
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
итого		430	22,99	28,67	72,36	701,8
4	Полдник:					
	Бууза	70	3,98	0,42	26,63	128,92
132	Чай	180	0,3	0	15,2	81
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
	Вафля	30				
	Яблоко	100				
		430				
Калорийность всего за день (ккал):						
		940	64,27	70,2	204,6	1370,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар _____

Кладовщик: _____