

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



Меню на 27 Апреля 2021 года Сад

(режим работы группы 12 ч)

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность (ккал) |
|----------|--|-----------------|----------------------|------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| | Каша пшениная вязкая с маслом | 175 | 5,67 | 5,28 | 32,55 | 200 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,1 | 28,7 | 150 |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,04 | 3,62 | 0,065 | 43 |
| | Чай с молоком | 180 | 3,94 | 3,26 | 16,458 | 112,1 |
| | Итого: | 400 | | | | 505,1 |
| 2 | 2 Завтрак | | | | | |
| | Йогурт | 150 | 2,8 | 3,4 | 4 | 86,0 |
| 3 | Обед: | | | | | |
| | I блюдо: Суп манный с гренками | 250 | 1,74 | 4,88 | 9,21 | 85,0 |
| | II блюдо Макароны отварные | 120 | 3,64 | 5,37 | 36,67 | 210,0 |
| | Тефтели из сердца | 70 | 12,6 | 9,49 | 6 | 168,7 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,9 | 0,9 | 78,48 |
| | III блюдо: Компот | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 |
| | Помидоры свежие | 50 | 3,24 | 2,56 | 6,23 | 78 |
| | Итого: | 700 | | | | 733,18 |
| 4 | Уплотненный полдник: | | | | | |
| | Кекс Фараон | 70 | 7,8 | 4,35 | 28,3 | 114 |
| | Чай | 170 | 3,64 | 5,37 | 36,37 | 210 |
| | Гуляш | 70 | 2,3 | 0,7 | 13,2 | 80 |
| | Рис отварной | 120 | 0,06 | 0,05 | 0,012 | 0,42 |
| | Яблоко | 120 | 1,5 | 0,5 | 21 | 96 |
| | Итого: | 550 | | | | 500,42 |
| | Всего за день | 1800 | | | | 1824,7 |

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Хася
Кладовщик: Хася