

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



Меню на 17 Мая 2021г
Ясли
(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша пшеничная на молоке	150	3,2	0,2	14	67,1
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	150	3,59	0,29	0,06	17,21
	Конфета	20				
итого		355				
2	2 завтрак:					
	Сок	100				
итого		100				
3	Обед:					
	Суп Щи	150	1,15	3,8	7,47	62,49
	Гречка отварная	70	5,73	04,06	25,76	162,5
	Шницель мясной	50	0,7	3,29	4,25	47,57
	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	745
	Компот из чернослива	150	0,08	0	29,85	120,45
	Салат из моркови	30				
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
		490				
4	Полдник:					
	Омлет	50	8,96	8,12	0,49	110
	Чай сахаром	130	0,27	0,17	0,11	3,21
	Хлеб	20	1,6	0,2	10	48
	Яблоко	80				
итого		280				
Калорийность всего за день (ккал):						
		1225				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 17 Мая 2021г Сад

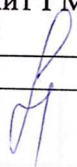
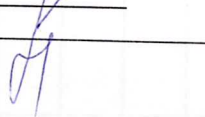
(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша пшеничная	155	3,2	0,2	14	67,1
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5				
	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	Конфета	20				
итого		400	9,99	0,49	34,06	180,31
2	2 завтрак:					
	Сок	150				
итого		150				
3	Обед:					
	Суп Щи	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	Гречка отварная	130	5,73	04,06	25,76	162,5
	Шницель мясной	70	0,7	3,29	4,25	47,57
	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	Компот из чернослива	180	0,08	0	29,85	120,45
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Салат из моркови	30				
итого		650				
4	Полдник:					
	Омлет	110	8,96	8,12	0,49	110
	Чай с сахаром	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72
	Яблоко	150				
итого		470	11,63	8,59	15,6	185,21
Калорийность всего за день (ккал):						
		1670				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

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



Меню на 17 Мая 2021г Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша пшеничная	155	3,2	0,2	14	67,1
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5				
	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	Конфета	20				
итого		400	9,99	0,49	34,06	180,31
2	2 завтрак:					
	Сок	150				
итого		150				
3	Обед:					
	Суп Щи	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	Гречка отварная	130	5,73	04,06	25,76	162,5
	Шницель мясной	70	0,7	3,29	4,25	47,57
	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	Компот из чернослива	180	0,08	0	29,85	120,45
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
	Салат из моркови	30	1,57	5,08	3,9	67
итого		640				
4	Уплотненный полдник:					
	Омлет	150	8,96	8,12	0,49	110
	Чай с сахаром	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Хлеб	30	2,4	0,3	15	72
	Яблоко	150				
	Картофель, запеченный с	120	1,28	0,26	10,4	49,13
итого		630				
Калорийность всего за день (ккал):						
		1820				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____