

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



## Меню на 18 Мая 2021г Сад

(режим работы группы 12)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша пшеничная на молоке	175	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб пшеничный	40	3	1,1	28,7	150
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай	180	3,94	3,26	16,46	112,1
	Пряник	40				
итого		440				
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Снежок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп манный с гречками	180	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макаронные изделия отварные	130	2,725	5,06	22,47	146,5
	Тефтели из сердца	60	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	20	0,69	1,95	3,09	31
	Кисель	180	0,14	0,04	0,9	110,8
	Хлеб пшеничный	30	3	1,1	28,7	150
	Салат из свежих помидоров	30	2,05	0,37	10,42	53,94
итого		630				
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
	Сырники из творога со сгущенным молоком	70	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Гуляш	70	6	7,6	2,47	164,8
	Рис отварной	120	2,725	5,06	22,47	146,5
	Хлеб	30	3	1,1	28,7	150
	Груша	150				
			1,5	0,5	21	96
итого		620				
Калорийность всего за день (ккал):						
		1840				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 18 Апреля 2021г

### Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша пшеничная на молоке	175	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб пшеничный	40	3	1,1	28,7	150
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай	180	3,94	3,26	16,46	112,1
	Пряник	40				
<b>итого</b>		440				
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Снежок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп манный с гренками	180	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макароны отварные	130	2,725	5,06	22,47	146,5
	Тефтеля из сердца	60	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	20	0,69	1,95	3,09	31
	Кисель	180	0,14	0,04	0,9	110,8
	Хлеб пшеничный	40	2,3			
	Салат из свежих помидоров	30				
<b>итого</b>		640				
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Сырники из творога сгущенным моло	70	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Груша	150				
<b>итого</b>		400				
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1630				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 18 Апреля 2021г

### Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша пшеничная на молоке	155	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб пшеничный	40	3	1,1	28,7	150
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай	150	3,94	3,26	16,46	112,1
	Мармелад	20				
итого		370				
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Снежок	100	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		100				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп манный с гречками	150	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макаронные отварные	70	2,725	5,06	22,47	146,5
	Тефтели из сердца	50	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	10	0,69	1,95	3,09	31
	Кисель	150	0,14	0,04	0,9	110,8
	Хлеб пшеничный	20	2,3			
	Салат из свежих помидоров	30				
		480				
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Сырники со сгущенным молоком	50	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	130	0,06	0,05	0,012	0,42
	Груша	100				
итого		280				
Калорийность всего за день (ккал):		1230				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_