

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



Меню на 26 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 ячневая	155	2	0,26	13,08	62,6
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Мармелад	20				
	итого	400				
2	2 завтрак:					
	Сок	150				
	итого	150				
3	Обед:					
	Суп с рыбными консервами	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	Макароньы отварные	130	3,68	03.01	17.63	112.3
	Гуляш из говядины	70	15.67	10.25	2.2	163.96
	Кисель	180	0.7	0.09	21.26	85.61
	Салат из свежих помидоров	30				
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
	итого	630				
4	Уплотненный полдник:					
	Пицца	70	10,5	1,2	-	52,8
	Какао с молоком	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Сладкий плов	200	1,96	0,28	20,72	93,24
	Хлеб	50	4	0,5	25	120
	Банан	200				
	итого	700				
Калорийность всего за день (ккал):						
		1880				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 26 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 ячневая	155	2	0,26	13,08	62,6
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Мармелад	20				
	итого	400				
2	2 завтрак:					
	Сок	150				
	итого	150				
3	Обед:					
	Суп с рыбными консервами	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	Макаронны отварные	130	3,68	03.01	17.63	112.3
	Гуляш из говядины	70	15.67	10.25	2.2	163.96
	Кисель	180	0.7	0.09	21.26	85.61
	Салат из свежих помидоров	30				
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
	итого	630				
4	Полдник:					
	Пицца	70	10,5	1,2	-	52,8
	Какао с молоком	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Банан	200				
	итого	450	10,77	1,37	0,11	56,01
Калорийность всего за день (ккал):						
		1630				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 26 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 ячневая	155	2	0,26	13,08	62,6
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	Мармелад	20				
	итого	350	3,67	4,09	23,15	143,719
2	2 завтрак:					
	Сок	100				
	итого	100				
3	Обед:					
	Суп с рыбными консервами	150	2,23	1,57	16,38	88,92
	Макароны отварные	80	3,68	03,01	17,63	112,3
	Гуляш из говядины	50	15,67	10,25	2,2	163,96
	Кисель	150	0,7	0,09	21,26	85,61
	Салат из свежих помидоров	30				
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
	итого	480				
4	Полдник:					
	Пицца	50	10,5	1,2	-	52,8
	Какао с молоком	150	0,27	0,17	0,11	3,21
	Банан	80				
	итого	280	10,77	1,37	0,11	56,01
Калорийность всего за день (ккал):						
		1210				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____