

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



## Меню на 1 Июня 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
	Конфета	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 Рассольник со сметаной	150	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макаронные изделия отварные	70	2,725	5,06	22,47	146,5
	Котлета из говядины	50	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	10	0,69	1,95	3,09	31
	Компот из кураги и чернослива	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: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 1 Июня 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
	Конфета	30				
<b>итого</b>		430				
<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 Рассольник со сметаной	180	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макаронные изделия отварные	130	2,725	5,06	22,47	146,5
	Котлета из говядины	60	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	20	0,69	1,95	3,09	31
	Компот из кураги и чернослива	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 молоком	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>						
		1620				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_



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



## Меню на 1 Июня 2021г Сад

(режим работы группы 12)

№ 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
	Конфета	30				
итого		430				
<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 Рассольник со сметаной	180	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макаронные изделия отварные	130	2,725	5,06	22,47	146,5
	Котлета из говядины	60	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	20	0,69	1,95	3,09	31
	Компот из кураги и чернослива	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 м	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):						
		1830				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_