

Меню на 16 Июня 2021

Сал

(режим работы группы 12 ч)

№ п.п.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)													
			Б	Ж	У														
1	Завтрак: Каша Геркулесовая на молоке	165	5,5	6,85	23,39	169,0													
							Чай с сахаром	180	3,67	3,19	15,82	107,0							
							Хлеб пшеничный	40	4,5	1,7	30,8	157,2							
							Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,065	43,0							
							Компот консервированный	40	4,64	5,9	-	72							
							Итого:						548,2						
							2	2 Завтрак	150	2,5	3,6	7,2	48						
														Сок фруктовый					
							3	Обед: 1 блюдо: Суп Крестьянский	200	2,31	7,73	15,42	140,58						
														2 блюдо: Рис отварной	120	5,5	4,57	26,44	168,0
Котлета мясная	40	3,5	2,8	1,0	45														
Хлеб пшеничный	40	2,3	0,9	0,9	78,48														
3 блюдо: Кисель	180	0,44	0,54	19,93	96														
Итого:						528,06													
4	Уплотненный полдник: Сочень с творогом	70	2,3	0,7	13,2	80													
														Горошница	150	4,2	4,7	2,1	150
														Гуляш	80	15	12,9	-	175,75
														Чай	180	0,06	0,02	9,99	40,0
							Хлеб пшеничный	40	4,5	1,7	30,8	157,2							
							Яблоко	120	2,5	3,2	45	52							
							Итого:						640						
							Всего за день						1800						
							Итого:						1727,21						

Не содержит ГМО и пищевых добавок
 Повар *Сид.*
 Кладовщик *Сид.*

Утверждено: *[подпись]*
 Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»
 Зарубина Т.Л.

