

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



Меню на 22 Июня 2021 года

Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
	Каша Кукурузная	165	0,83	0,12	7,1	32,8
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло (порциями)	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Кондитерское изделие	20	2,3	0,7	13,2	80
Итого:		410				241,919
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	100	2,8	3,4	4	86,0
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Гороховый	200	2,2	2,11	6,61	59,3
	II блюдо Рис отварной	150	2,58	3,13	26,72	145,35
	Печень по строгановски	70	13,24	5,85	7,74	138,45
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Кисель	180	0,08	0	29,85	120,45
	Помидор свежий	50	0,73	6,16	3,76	72,87
Итого:		650				632,42
4	Уплотненный полдник:					
	Пряник Ирэк	150	11,82	6,37	1,42	109,91
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Омлет	150	8,96	8,12	0,49	110
	Сыр	10	4,64	5,9	-	72
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25	120
	Груши	100	0,4	0,3	10,3	10,3
Итого:		640				422,229
	Всего за день	1800				1,382,568

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: *Савельева*
Кладовщик: *Март*