

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



Меню на 23 Июня 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
	Конфета	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
	Макаронны отварные	80	3,68	03.01	17.63	112.3
	Тефтеля	50	15.67	10.25	2.2	163.96
	Кисель	150	0.7	0.09	21.26	85.61
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
	итого	450				
4	Полдник:					
	Пирожок с печенью	50	10,5	1,2	-	52,8
	Чай с сахаром	150	0,27	0,17	0,11	3,21
	Груша	100				
	итого	280	10,77	1,37	0,11	56,01
Калорийность всего за день (ккал):		1180				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 23 Июня 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
итого		380				
2	2 завтрак:					
	Сок	100				
итого		100				
3	Обед:					
	Суп с рыбными консервами	180	2,23	1,57	16,38	88,92
	Макароны отварные	130	3,68	03.01	17.63	112.3
	Тефтеля	70	15.67	10.25	2.2	163.96
	Кисель	180	0.7	0.09	21.26	85.61
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
итого		600				
4	Полдник:					
	Пирожок с печенью	70	10,5	1,2	-	52,8
	Чай с сахаром	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Груша	100				
итого		450	10,77	1,37	0,11	56,01
Калорийность всего за день (ккал):						
		1530				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 23 Июня 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
	итого	380				
2	2 завтрак:					
	Сок	100				
	итого	100				
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
	Тефтеля	70	15.67	10.25	2.2	163.96
	Кисель	180	0.7	0.09	21.26	85.61
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
	итого	600				
4	Уплотненный полдник:					
	Пирожок с печенью	70	10,5	1,2	-	52,8
	Чай с сахаром	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Яйцо отв	50	1,96	0,28	20,72	93,24
	Хлеб	50	4	0,5	25	120
	Груша	100				
	итого	450				
Калорийность всего за день (ккал):						
		1530				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____