

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



Меню на 5 Июля 2021

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 манная	200	1,65	0,16	11,3	53,28
	Масло порциями	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
	Чай	200	0,02	4,19	31,37	182,399
Итого:		455				364,779
2	2 Завтрак					
	Сок фруктовый	100	1	0,2	20	92
3	Обед:					
	I блюдо: Суп Крестьянский	250	25,71	7,11	13,43	236,97
	II блюдо Гречка отварная	150	5,73	04,06	25,76	162,5
	Тефтели из говядины	70	10,46	8,89	8,7	156,99
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Компот из сухофруктов	200	0,7	0,09	21,26	145
Итого:		710				797,49
4	Уплотненный полдник:					
	Конфета шоколадная	50	2,3	0,7	13,2	80
	Чай	200	3	3,2	4,7	60
	Омлет	175	0,67	0,13	5,43	25,66
	Сыр(порциями)	70	15	12,9	-	175,75
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
Итого:		535				367,71
	Всего за день	1800				1,621,979

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Сидор

Кладовщик: Александр