

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

## Меню на 12 июля 2021г

### Ясли

(режим работы группы 10,5)



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша манная на молоке	150	3,2	0,2	14	67,1
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	150	3,59	0,29	0,06	17,21
<b>итого</b>		335				
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	100				
<b>итого</b>		100				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп с клецками	150	1,15	3,8	7,47	62,49
	Гречка отварная	70	5,73	04,06	25,76	162,5
	Шницель мясной	50	0,7	3,29	4,25	47,57
	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	745
	Кисель	150	0,08	0	29,85	120,45
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
		460				
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Пирог с сайрой	75	8,96	8,12	0,49	110
	Чай	130	0,27	0,17	0,11	3,21
<b>итого</b>		205				
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1100				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

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



## Меню на 12 июля 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 манная	155	3,2	0,2	14	67,1
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5				
	Чай	180	3,59	0,29	0,06	17,21
	<b>итого</b>	380	9,99	0,49	34,06	180,31
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150				
	<b>итого</b>	150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп с клецками	180	1,15	3,8	7,47	62,49
	Гречка отварная	130	5,73	04,06	25,76	162,5
	Шницель мясной	70	0,7	3,29	4,25	47,57
	Соус красный	20	11,62	42,03	80,18	745
	Кисель	180	0,08	0	29,85	120,45
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	<b>итого</b>	620				
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Пирог с сайрой	100	8,96	8,12	0,49	110
	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	<b>итого</b>	280	9,23	8,29	0,6	113,21
Калорийность всего за день (ккал):		1430				

Не содержит ГМО и пищевых добавок