

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



## Меню на 27 Июля 2021г

### Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша пшеничная на молоке	155	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб пшеничный	40	3	1,1	28,7	150
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай	150	3,94	3,26	16,46	112,1
	Сыр	10				
итого		360				
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	100	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		100				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп Рассольник со сметаной	150	7,473	6,87	14,33	149,31
	Макаронные изделия отварные	70	2,725	5,06	22,47	146,5
	Тефтели из говядины	50	7,8	4,35	28,3	114
	Соус красный	10	0,69	1,95	3,09	31
	Кисель	150	0,14	0,04	0,9	110,8
	Хлеб пшеничный	20	2,3			
		450				
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Запеканка из творога с повидлом	50	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	130	0,06	0,05	0,012	0,42
	Банан	100				
итого		280				
Калорийность всего за день (ккал):		1190				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 27 Июля 2021г

### Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рещ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	ищевые вещества (			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша пшеничная на молоке	175	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб пшеничный	40	3	1,1	28,7	96
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай	180	3,94	3,26	16,46	0,042
	Сыр	15	1,1	4,8	20,97	132
Итого		430	12,65	13,3	77,77	471,042
итого						
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	Суп Рассольник со сметаной	200	0,1	3,1	6,56	62
	Макароны отварные	130	4,2	1,1	18,6	131,2
	Тефтеля из говядины	70	11,1	8,8	11,64	173
	Соус красный	20	0,69	1,95	3,09	31
	Кисель	180	0,14	0,04	0,9	110,8
	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,54	19,93	96
итого		640	18,53	15,5	60,72	604
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Запеканка из творога с повидлом	70	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Банан	150	1	1	16,3	63
						353,72
итого		400				
Калорийность всего за день (ккал):						
		1190				1517,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_