

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



Меню на 4 Августа 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 геркулесовая	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 с сахаром	150	0,02	-	-	0,019
	Печенье	30				
итого		360	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
	Макаронные отварные	80	3,68	03.01	17.63	112.3
	Гуляш из говядины	50	15.67	10.25	2.2	163.96
	Компот из свежих фруктов и кураги	150	0.7	0.09	21.26	85.61
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
		450				
4	Полдник:					
	Пицца	60	10,5	1,2	-	52,8
	Чай с молоком	150	0,27	0,17	0,11	3,21
	Банан	80				
итого		280	10,77	1,37	0,11	56,01
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 4 Августа 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 геркулесовая	170	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
	Печенье	30				
итого		425				
2	2 завтрак:					
	Сок	150				
итого		150				
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
	Гуляш из говядины	70	15,67	10,25	2,2	163,96
	Компот из свежих фруктов и кураги	180	0,7	0,09	21,26	85,61
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
итого		600				
4	Полдник:					
	Пицца	70	10,5	1,2	-	52,8
	Чай с молоком	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Банан	200				
итого		450	10,77	1,37	0,11	56,01
Калорийность всего за день (ккал):						
		1625				

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____