

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



Меню на 10 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 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 с сахаром | 150 | 3,94 | 3,26 | 16,46 | 112,1 |
| | Сыр | 10 | | | | |
| итого | | 360 | | | | |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок | 100 | 4,35 | 4,8 | 33,52 | 88,5 |
| итого | | 100 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| | Суп манный с гренками | 150 | 7,473 | 6,87 | 14,33 | 149,31 |
| | Макаронные изделия отварные | 70 | 2,725 | 5,06 | 22,47 | 146,5 |
| | Тефтели из сердца | 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 | | | | |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| | Запеканка из творога с повидлом | 50 | 22,5 | 14,8 | 19,2 | 290,3 |
| | Чай | 130 | 0,06 | 0,05 | 0,012 | 0,42 |
| | Груша | 100 | | | | |
| итого | | 280 | | | | |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1190 | | | | |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.



Меню на 10 Августа 2021г

Сад

(режим работы группы 10,5)

| № рецепта | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность |
|------------------------------------|---------------------------------|--------------|----------------------|------|--------|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | Завтрак: | | | | | |
| | 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 с сахаром | 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 | | | | | | |
| 2 | 2 завтрак: | | | | | |
| | Сок | 150 | 4,35 | 4,8 | 33,52 | 88,5 |
| итого | | 150 | | | | |
| 3 | Обед: | | | | | |
| | Суп манный с гренками | 200 | 0,1 | 3,1 | 6,56 | 62 |
| | Макаронные изделия отварные | 130 | 4,2 | 1,1 | 18,6 | 131,2 |
| | Тефтели из сердца | 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 |
| 4 | Полдник: | | | | | |
| | Запеканка из творога с повидлом | 70 | 22,5 | 14,8 | 19,2 | 290,3 |
| | Чай | 180 | 0,06 | 0,05 | 0,012 | 0,42 |
| | Груша | 150 | 1 | 1 | 16,3 | 63 |
| итого | | 400 | | | | 353,72 |
| Калорийность всего за день (ккал): | | | | | | |
| | | 1190 | | | 1517,3 | |

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

(Handwritten signature)