Утверждаю
Заведующий МАДОУ «Детский сад №3
_____ Зарубина Т..

Меню на 3 Февраля 2022
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 рисовая на молоке	200	6,21	5,28	27,90	184,0
	Чай с лимоном	180	0,02	-	-	0,19
	Масло (порциями)	10	0,05	3,63	0,07	33,1
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
Итого:		**435**				313,29
2	**2 Завтрак**					
	Сок фруктовый	**150**	4,35	4,8	33,52	88,5
3	**Обед:**					
	I блюдо: Суп картофельный с макаронными изделиями и яйцом «Кудрявый»	250	4,9	3,8	20	121
	II блюдо Картофель отварной	150	2,19	2,97	14,7	94,64
	Котлета рыбная	75	09,05	7,95	11,29	152,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	III блюдо: Кисель	180	0,08	0,08	13,94	54,88
	Икра кабачковая	50				518,92
Итого:		**745**				
4	**Уплотненный полдник:**					
	Чай	180	0,02	-	-	0,19
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,869	5,486	-	19,87
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
	Вафли	40	2,2	0,04	5,63	98
Итого:		**470**				532,06
	Всего за день	**1800**				1452,77

Не содержит ГМО и пищевых добавок
Повар_____

Кладовщик_____