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

Меню на 15 Февраля 2022 года
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 пшенная вязкая с маслом	200	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб	40	3	1,1	28,7	150
	Масло (порциями)	10	0,04	3,62	0,065	43
	Чай с молоком	180	3,94	3,26	16,458	112,1
Итого:		**430**				505,1
2	**2 Завтрак**					
	Сок фруктовый	**150**	2,8	3,4	4	86,0
3	**Обед:**					
	I блюдо: Суп манный с гренками	250	1,74	4,88	9,21	85,0
	II блюдо Макароны отварные	130	3,64	5,37	36,67	210,0
	Тефтели из сердца	70	12,6	9,49	6	168,7
	Хлеб пшеничный	50	2,3	0,9	0,9	78,48
	III блюдо: Компот	180	0,44	0,02	27,76	113
	Икра кабачковая	50	0,023	0,2	0,8	45
Итого:		**730**				733,18
4	**Уплотненный полдник:**					
	Печенье сахарное	70	7,8	4,35	28,3	114
	Чай	180	3,64	5,37	36,37	210
	Каша гречневая на молоке	200	2,3	0,7	13,2	80
	хлеб	40	0,06	0,05	0,012	0,42
Итого:		**490**				500,42
	Всего за день	**1800**				1824,7

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар:_____
Кладовщик:_____