

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



## Меню на 11 Апреля 2022г Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность (ккал)
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
15	Каша Пшенная	150	3,2	0,2	14	67,1
к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
к/к	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
30	Чай с лимоном	150	3,59	0,29	0,06	29
		30				
<b>итого</b>		365	9,24	4,42	29,13	201,2
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	100	0,5	0	12,7	82,5
<b>итого</b>		100				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Свекольник со сметаной	150	1,15	3,8	7,47	62,49
302	Гречка отварная	70	5,73	04,06	25,76	162,5
282	Шницель мясной	50	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	74,5
34	Компот	150	0,14	0	53,73	216,81
к/к	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
		460	17,67	49,22	169,41	504,4
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
215	Омлет	70	8,96	8,12	0,49	110
10	Чай	150	0,27	0,17	0,11	0,019
	Хлеб	50	1,6	0,2	10	48
	Кондитерское изделие	20				
<b>итого</b>		290	10,83	8,49	10,6	158,019
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1215	41,24	66,03	251,6	1071,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

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



## Меню на 11 Апреля 2022г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
15	Каша Пшенная	155	3,2	0,2	14	67,1
к/к	Батон	40	3,2	0,4	20	96
к/к	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай с лимоном	180	3,59	0,29	0,06	17,21
<b>итого</b>		380	10,04	4,12	34,13	213,41
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,7	0	19	123,7
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Свекольник со сметаной	180	1,15	3,8	7,47	62,49
302	Гречка отварная	130	7,45	05,01	25,76	211,25
282	Шницель мясной	70	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
34	Компот из сухофруктов	180	0,014	0	53,73	216,81
к/к	Хлеб пшеничный	40	3.2	0.4	20	96
<b>итого</b>		620	17,7	19,7	140,24	834
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Омлет	70	8,96	8,12	0,49	110
	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
	Хлеб	40	3.2	0.4	20	96
	Кондитерское изделие	30				
<b>итого</b>		320				
			44239,23	8,29	20,6	209,21
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1470	43,07	35,8	238,7	1481,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_



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



## Меню на 11 Апреля 2022г Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
15	Каша Ячневая	155	3,2	0,2	14	67,1
к/к	Батон	40	3,2	0,4	20	96
к/к	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай с лимоном	180	3,59	0,29	0,06	17,21
<b>итого</b>		380	10,04	4,12	34,13	213,41
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	0,7	0	19	123,7
<b>итого</b>		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Свекольник со сметаной	180	1,15	3,8	7,47	62,49
302	Гречка отварная	130	7,45	00,01	25,76	211,25
282	Шницель мясной	70	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	144,85
34	Компот	180	0,014	0	53,73	216,81
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	15	96
<b>итого</b>		620	16,894	15,22	135,24	834
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
215	Омлет	70	8,96	8,12	0,49	110
397	Чай	180	0,27	0,17	0,11	0,019
к/к	Хлеб	50	2,4	0,3	15	96
к/к	Кондитерское изделие	30	1,28	0,26	10,4	49,13
	Картофель запеченный	100	1,28	0,26	10,4	49,13
<b>итого</b>		430	14,19	9,11	36,4	304,279
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1580	43,55	31,58	244,2	1551,31

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

*(Handwritten signature)*