

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



## Меню на 18 Апреля 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 манная	200	1,65	0,16	11,3	53,28	
	Масло порциями	10	0,05	3,63	0,07	33,1	
	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96	
	Чай	180	0,02	4,19	31,37	182,399	
Итого:		<b>430</b>				<b>364,779</b>	
2	2 Завтрак						
	Сок фруктовый	<b>150</b>		1	0,2	20	92
3	Обед:						
	I блюдо: Суп Борщ	250	25,71	7,11	13,43	236,97	
	II блюдо Гречка отварная	130	5,73	04,06	25,76	162,5	
	Тефтели из говядины	70	10,46	8,89	8,7	156,99	
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96	
	III блюдо: Компот	180	0,7	0,09	21,26	145	
Итого:		<b>680</b>				<b>797,46</b>	
4	Уплотненный полдник:						
	Булочка	50	2,3	0,7	13,2	80	
	Молоко кипяченое	180	3	3,2	4,7	60	
	Макаронны отварные	200	0,67	0,13	5,43	25,66	
	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75	
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96	
Итого:		<b>540</b>				<b>367,71</b>	
	Всего за день	<b>1800</b>				<b>1 621,97</b>	

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: *Сад*  
Кладовщик: *Мед*