

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



Меню на 24 Мая 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 пшеничная вязкая с маслом	200	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб	40	3	1,1	28,7	150
	Масло (порциями)	5	0,04	3,62	0,065	43
	Чай с молоком	180	3,94	3,26	16,458	112,1
	Сыр	10				
Итого:		435				505,1
2	2 Завтрак					
	Снежок	140	2,8	3,4	4	86,0
3	Обед:					
	I блюдо: Суп манный с грёнками	230	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	40	2,3	0,9	0,9	78,48
	III блюдо: Компот	180	0,44	0,02	27,76	113
Итого:		650				733,18
4	Уплотненный полдник:					
	Батончик слоеный с начинкой	55	7,8	4,35	28,3	114
	Чай	180	3,64	5,37	36,37	210
	Гуляш	70	2,3	0,7	13,2	80
	Рис отварной	120	0,06	0,05	0,012	0,42
	Фрукт	150	1,5	0,5	21	96
Итого:		575				500,42
	Всего за день	1800				1824,7

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: Сол