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

Меню на 22 Июня 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 Геркулесовая на молоке	205	5,5	6,85	23,39	169,0
	Чай	180	3,67	3,19	15,82	107,0
	Хлеб	40	4,5	1,7	30,8	157,2
	Масло (порциями)	10	0,04	3,62	0,065	43,0
Итого:		**435**				548,2
2	**2 Завтрак**					
	Сок фруктовый	**130**	2,5	3,6	7,2	48
3	**Обед:**					
	I блюдо: Суп Крестьянский	250	2,31	7,73	15,42	140,58
	II блюдо Рис отварной	120	5,5	4,57	26,44	168,0
	Котлета мясная	70	3,5	2,8	1,0	45
	Хлеб пшеничный	35	2,3	0,9	0,9	78,48
	III блюдо: Компот	180	0,44	0,54	19,93	96
Итого:		**655**				528,06
4	**Уплотненный полдник:**					
	Фараон	50	2,3	0,7	13,2	80
	Макароны отварные	150	4,2	4,7	2,1	150
	Гуляш	70	15	12,9	-	175,75
	Чай	170	0,06	0,02	9,99	40,0
	Хлеб пшеничный	40	4,5	1,7	30,8	157,2
	Фрукт	100				602,95
Итого:		**580**				
	Всего за день	**1800**				1727,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок
Повар_____
Кладовщик_____