

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



Меню на 25 Июля 2022

Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
5	Каша манная	175	1,65	0,16	11,3	53,28
	батон	30	1,6	0,2	10	48
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	150	0,02	-	-	41
итого		360	3,32	3,99	21,37	175,38
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,9	0	22,9	99
итого		100				
3	Обед:					
82	суп гороховый	150	25,71	7,11	13,43	236,97
302	рис отварной	80	5,73	0,4	25,76	162,5
64	печень по строгановски	50	10,46	8,86	8,7	156,99
349	Компот	150	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
итого		480	44,48	16,7	87,65	724,31
4	Полдник:					
104	Булочка	50	3,9	3,06	26,93	151
10	молоко	150	0,27	0,17	0,11	0,019
итого		200	4,17	3,23	27,04	151,019
Калорийность всего за день (ккал):						
		1205	29,97	30,4	184,9	1171,9

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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



Меню на 25 Июля 2022

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
5	Каша манная	200	1,65	0,16	11,3	53,28
	батон	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	41
итого		425	4,92	4,19	31,37	223,38
2	2 завтрак:					
	Сок	100	0,9	0	22,9	148,5
итого		100				
3	Обед:					
82	суп гороховый	180	25,71	7,11	13,43	236,97
302	рис отварной	130	7,45	5,28	33,49	211,25
64	печень по строгановски	70	10,46	8,89	8,7	156,99
349	Компот	180	1,26	0,16	38,27	154,1
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
итого		600	48,08	21,84	113,89	855,31
4	Полдник:					
104	Булочка	70	5,4	4,3	37,7	211,4
10	молоко	180	5,5	4,9	9,09	0,019
итого		360	10,9	9,2	46,79	211,419
Калорийность всего за день (ккал):						
		1485	48,67	51,93	265,5	1735,44

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

Утверждаю: