

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



## Меню на 13 Декабря 2022 года

### Сад

( режим работы группы 12 ч )

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
	Каша Кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло (порциями)	10	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Вафля	15				
<b>Итого:</b>		<b>405</b>				<b>241,919</b>
<b>2</b>	<b>2 Завтрак</b>					
	Снежок	150	2,8	3,4	4	86,0
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
	<b>I блюдо:</b> Суп Гороховый	190	2,2	2,11	6,61	59,3
	<b>II блюдо</b> Рис отварной	130	2,58	3,13	26,72	145,35
	Печень по строгановски	70	13,24	5,85	7,74	138,45
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	<b>III блюдо:</b> Кисель	180	0,08	0	29,85	120,45
<b>Итого:</b>		<b>670</b>				<b>632,42</b>
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
	Коржик	85	11,82	6,37	1,42	109,91
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Омлет	150	8,96	8,12	0,49	110
	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25	120
	Банан	100				
<b>Итого:</b>		<b>625</b>				<b>422,229</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1800</b>				<b>1382,568</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок.

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_