

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



Меню на 1 Августа 2023г

Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
4	Каша кукурузная	175	0,83	0,12	7,1	32,8
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Конфета	30				
итого		430	2,5	3,95	0	161,919
2	2 завтрак:					
к/к	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
итого		180				
3	Обед:					
102	Суп гороховый	180	2.1	2.1	6,61	59,3
304	Картофельное пюре	130	2,58	3,13	26,72	145,35
85	Суфле из печени	70	13.1	5,85	7,74	138,45
34	Кисель	180	0,008	0	29,85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	2,34	0,54	19,93	96
	Кукуруза консервированная	40				
итого		640	18,328	9,52	90,85	519,5
4	Полдник:					
237	Булочка	70	22,5	13,2	37,8	109,91
	Какао с молоком	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	150				
итого		430	22,52	13,2	37,8	109,929
Калорийность всего за день (ккал):						
		1680	52,5	34,89	157,1	1632,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

