

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

## Меню на 25 Августа 2023г.

### Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность (ккал)
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
215	Каша гречневая	70	8,96	8,12	0,49	110,83
	Батон	40	3	1,1	28,7	45
33	Чай	150	2,72	12,96	12,96	89
	Масло	5	3,94	3,26	16,458	33,1
	Кондитерское изделие	20				
итого		285	18,62	25,44	58,608	277,93
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
146	Суп Харчо	150	3,93	1,98	14,68	92,56
	Макаронны отварные	60	2,725	5,061	22,468	146,5
41	Котлета мясная	50	8,93	6,74	8,97	132
34	Компот из сухофруктов	150	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
		30	0,6	0,2	4,2	7,9
		460	17,925	14,221	61,218	643,77
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
99	Кекс Зебра	50	15,87	0,95	2,87	72,45
31	Чай	130	0,04	0,01	6,99	0,019
	Фрукт	100				
итого		280	15,91	0,96	9,86	72,469
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1175	64,27	70,2	204,6	1370,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик:

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



## Меню на 25 Августа 2023г

### Сад

(режим работы группы 10,5)

№ п/р	№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	215	Каша гречневая	130	8,96	8,12	0,49	110,83
		Батон	50	3	1,1	28,7	96
		Масло	5	3,94	3,26	16,458	33,1
		Чай	180	0,27	0,17	0,11	89
		Кондитерское изделие	30				
	<b>итого</b>		505	25,78	21,19	94,766	641,03
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
		Сок	180	4,35	4,8	33,52	88,5
	<b>итого</b>		180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	146	Суп Харчо	180	3,93	1,98	14,68	92,56
	321	Пюре гороховое	130	3	2,98	12,66	90,55
	41	Котлета мясная	70	11,92	8,8	11,64	173
	34	Компот из сухофруктов	180	0,14	0,04	0,9	216,81
		Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
			40				
	<b>итого</b>		650	21,33	27,04	40,42	668,92
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	99	Кекс Зебренок	70	15,87	0,95	2,87	72,45
	132	Чай	180	0,3	0	15,2	0,019
		Фрукт	150	2,34	13,24	0,54	96
	<b>итого</b>		400	18,51	14,19	18,61	168,469
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
			1735	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_  
Кладовщик: \_\_\_\_\_