

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

**Меню на 29 Августа 2023г**  
**Ясли**  
(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
4	Каша кукурузная	155	0,83	0,12	7,1	32,8
	Хлеб	30	1,6	0,2	10	48
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	конфета	15				
итого		355	2,5	3,95	17,17	113,919
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	150	2	2,4	2,8	61,4
итого		150				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
102	Суп гороховый	150	2.1	2.1	6,61	59,3
304	Картофельное пюре	80	2,58	3,13	26,72	145,33
85	Суфле из печени	50	13.1	5,85	7,74	138,45
34	Кисель	150	1,04	0,2	8,86	42,8
	Хлеб пшеничный	40	1,04	0,2	8,86	42,8
Итого		470	18,06	9,38	58,79	428,68
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
237	Булочка	60	11,82	6,37	1,42	109,91
	Какао с молоком	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	80				
итого		290	11,84	6,37	1,42	109,929
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1180	37,93	29,5	100,6	979,8

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_


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

## Меню на 29 Августа 2023г Сад (режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
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	15				
<b>итого</b>		<b>415</b>	<b>2,5</b>	<b>3,95</b>	<b>0</b>	<b>161,919</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
к/к	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
<b>итого</b>		<b>180</b>				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
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
<b>итого</b>		<b>600</b>	<b>18,328</b>	<b>9,52</b>	<b>90,85</b>	<b>519,5</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
237	Булочка	70	22,5	13,2	37,8	109,91
	Какао с молоком	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	150				
<b>итого</b>		<b>430</b>	<b>22,52</b>	<b>13,2</b>	<b>37,8</b>	<b>109,929</b>
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>1625</b>	<b>52,5</b>	<b>34,89</b>	<b>157,1</b>	<b>1632,4</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»

Зарубина Т.Л.



## Меню на 29 августа 2023г

### Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
4	Каша кукурузная	175	0,83	0,12	7,1	108,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	конфета	30				
	<b>итого</b>	430	4,1	4,03	27,17	237,519
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
	<b>итого</b>	180				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
102	Суп Гороховый	200	3,1	3,1	9,79	59,3
304	Картофельное пюре	130	1,9	1,9	19,6	145,35
85	Суфле из печени	70	13,1	5,85	7,74	138,45
34	Кисель	180	0,08	0	29,85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	<b>итого</b>	620	16,9	7,95	47,13	519,5
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
237	Булочка	80	11,82	6,37	1,42	109,91
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
215	Омлет	100	8,96	8,12	0,49	110
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	96
	Фрукт	180				
	<b>итого</b>	580	22,4	14,69	11,91	315,929
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1810	45,17	35,7	108,17	1493,6

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_