

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 пшеничная	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
	Сыр	15				
<b>итого</b>		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
<b>итого</b>		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	Компот	150	1,04	0,2	8,86	42,8
	Хлеб пшеничный	40	1,04	0,2	8,86	42,8
	Помидор свежий	20				
<b>Итого</b>		490	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				
<b>итого</b>		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
	Сыр	15				
<b>итого</b>		415	2,5	3,95	0	161,919
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
к/к	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
<b>итого</b>		180				
<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	Компот	180	0,008	0	29,85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	2,34	0,54	19,93	96
	Помидор свежий	30				
<b>итого</b>		630	18,328	9,52	90,85	519,5
<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>		430	22,52	13,2	37,8	109,929
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1655	52,5	34,89	157,1	1632,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_