

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



## Меню на 24 Октября 2023г

### Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	(ккал)
<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 с лимоном	150	0,02	-	-	0,019
	Сыр	15				
<b>итого</b>		<b>355</b>	<b>2,5</b>	<b>3,95</b>	<b>17,17</b>	<b>113,919</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Снежок	180	2	2,4	2,8	61,4
<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	145,33
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
<b>Итого</b>		<b>550</b>	<b>18,06</b>	<b>9,38</b>	<b>58,79</b>	<b>428,68</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
237	Королевская ватрушка со сгущенным молоком	60	11,82	6,37	1,42	109,91
215	Омлет	100	8,96	8,12	0,49	110
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	96
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	100				
<b>итого</b>		<b>290</b>	<b>22,4</b>	<b>14,69</b>	<b>11,91</b>	<b>315,929</b>
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>1180</b>	<b>37,93</b>	<b>29,5</b>	<b>100,6</b>	<b>979,8</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

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



## Меню на 24 Октября 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 с лимоном	180	0,02	-	-	0,019
	Сыр	20				
<b>итого</b>		<b>420</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	Снежок	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	Королевская ватрушка со сгущенным молоком	70	22,5	13,2	37,8	109,91
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	180				
<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>1630</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

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



