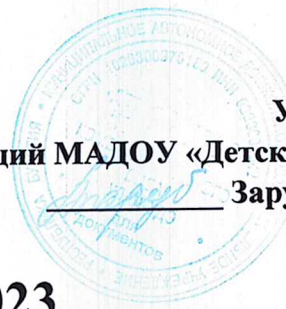






Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ «Детский сад №3»  
Зарубина Т.Л.



## Меню на 4 Декабря 2023

### 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>					
5	Каша манная	200	1,65	0,16	11,3	53,28
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	200	0,02	-	-	41
	Батон	40	3,2	0,4	20	96
	Кондитерское изделие	30				
<b>итого</b>		475	4,92	4,19	31,37	223,38
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	180	0,9	0	22,9	148,5
<b>итого</b>		180				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
12	Суп Борщ со сметаной	200	25,71	7,11	13,43	236,97
302	Гречка отварная	130	7,45	5,28	33,49	211,25
64	Тефтеля из говядины	80	10,46	8,89	8,7	156,99
349	Компот	200	1,26	0,16	38,27	154,1
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
		40				
<b>итого</b>		680	50,28	30,24	122,29	929,81
<b>4</b>	<b>Уплотненный полдник:</b>					
104	Омлет	110	5,4	4,3	37,7	211,4
18	Чай с сахаром	200	0,67	0,13	5,43	125,66
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
10	Макаронны отварные	130	5,5	4,9	9,09	0,019
	Гуляш из говядины	70				
	Фрукт	130	3	2	42	120
<b>итого</b>		680	17,77	11,73	114,22	553,079
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		2015	53,9	53,3	303,6	2039,75

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар \_\_\_\_\_

Кладовщик \_\_\_\_\_