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

Меню на 2 Февраля 2024г
Ясли
(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	**Завтрак:**					
215	Каша гречневая	150	8,96	8,12	0,49	110,83
	Хлеб	40	3	1,1	28,7	45
33	Чай с лимоном	150	2,72	12,96	12,96	89
	Масло	5	3,94	3,26	16,458	33,1
	Сыр	20				
итого		365	18,62	25,44	58,608	277,93
2	**2 завтрак:**					
	Йогурт	180	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		180				
3	**Обед:**					
146	Суп Харчо	200	3,93	1,98	14,68	92,56
	Макароны отварные	130	2,725	5,061	22,468	146,5
41	Котлета мясная	70	8,93	6,74	8,97	132
34	Компот	200	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
			0,6	0,2	4,2	7,9
		630	17,925	14,221	61,218	643,77
4	**Полдник:**					
	Калач	70	0,14	0,04	0,9	216,81
	Картофель запеченный с	200	15,89	1,95	3,11	115,4
к/к	Хлеб	40	2,34	13,24	0,54	96
31	Чай	130	0,04	0,01	6,99	0,019
	Фрукт	100	0,001	0,001	0,015	0,095
итого		540	18,411	15,241	11,555	428,324
Калорийность всего за день (ккал):						
		1715	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 2 Февраля 2024г
Сад
(режим работы группы 10,5)

№ р/р						
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	**Завтрак:**					
215	Каша гречневая	130	8,96	8,12	0,49	110,83
	Масло	5	3,94	3,26	16,458	112,1
	Хлеб	50	3	1,1	28,7	96
	Чай с лимоном	200	0,27	0,17	0,11	89
	Сыр	20				
итого		425	18,89	25,61	58,718	496,93
2	**2 завтрак:**					
	Сок	180	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		180				
3	**Обед:**					
146	Суп Харчо	200	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	200	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	50	2,34	13,24	0,54	96
итого		650	21,33	27,04	40,42	668,92
4	**Полдник:**					
	Калач	70	0,14	0,04	0,9	216,81
132	Чай	200	0,3	0	15,2	0,019
	Фрукт	100	2,34	13,24	0,54	96
итого		370	2,78	13,28	16,64	312,829
Калорийность всего за день (ккал):						
		1625	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:_____
Кладовщик:_____

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

Меню на 2 Февраля 2024г
Сад
(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	**Завтрак:**					
215	Каша гречневая	175	8,96	8,12	0,49	110,83
	Масло	30	3,94	3,26	16,458	33,1
	Хлеб	50	3	1,1	28,7	96
	Чай с лимоном	180	0,27	0,17	0,11	89
	Сыр	20				
итого		465				
2	**2 завтрак:**					
	Йогурт	180	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		180				
3	**Обед:**					
146	Суп Харчо	200	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
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	74,5
34	Компот	200	0,14	0,04	0,9	216,81
	Хлеб пшеничный	40	2,34	13,24	0,54	96
итого		660	24,05	34,87	55,67	743,42
4	**Уплотненный полдник:**					
99	Калач	70	15,87	0,95	2,87	245
	Чай	200	0,3	0	15,2	0,019
	Картофель запеченный с	200				
к/к	Хлеб	40	2,34	13,24	0,54	96
125	Фрукт	120	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		630	22,86	18,99	52,13	429,519
Калорийность всего за день (ккал):						
		1935	75,03	88,99	203,1	1808,21

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:_____

Кладовщик:_____