

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



Меню на 24 Апреля 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:					
8	Каша Геркулесовая	180	2,21	1,12	11,12	63,36
	Хлеб	40	2,4	0,3	0,07	72
10	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Масло сливочное	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Кондитерское изделие	30	0,04	0,01	6,99	28
итого		435	4,76	5,11	18,26	196,88
2	2 завтрак:					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
3	Обед:					
11	Суп Овощной	180/7	3,68	8,65	21,43	179,55
304	Макароны отварные	130	2,58	3,13	26,72	145,35
41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	Компот из сухофруктов	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
итого		420	20,76	20,91	99,55	665,75
4	Полдник:					
371	Биточек манный со сгущенным молоком	70	7,73	4,7	1,46	112,69
272	Рис отварной	130	10,35	0,72	21,65	134,55
	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	Хлеб	40	6	7,6	2,47	164,8
10	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Фрукт	70	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		560	40,41	26,67	70,75	673,96
Калорийность всего за день (ккал):						
		1565	37,98	37,22	178,1	1183,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

Handwritten signature


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

Меню на 24 Апреля 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:					
8	Каша Геркулесовая	180	2,21	1,12	11,12	63,36
	Хлеб	40	2,4	0,3	0,07	72
10	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Масло сливочное	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Кондитерское изделие	30	0,04	0,01	6,99	28
итого		435	4,76	5,11	18,26	196,88
2	2 завтрак:					
	Сок	150	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		150				
3	Обед:					
11	Суп Овощной	180/7	3,68	8,65	21,43	179,55
304	Макароны отварные	130	2,58	3,13	26,72	145,35
41	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	Компот из сухофруктов	180	0,98	0,13	29,76	119,85
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	48
итого		420	20,76	20,91	99,55	665,75
4	Полдник:					
371	Биточек манный со сгущенным молоком	70	7,73	4,7	1,46	112,69
272	Рис отварной	130	10,35	0,72	21,65	134,55
	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	Хлеб	40	6	7,6	2,47	164,8
10	Чай	180	0,06	0,05	0,012	0,42
	Фрукт	70	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		560	40,41	26,67	70,75	673,96
Калорийность всего за день (ккал):						
		1565	37,98	37,22	178,1	1183,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: А



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

Меню на 10 Апреля 2024 г Сад

(режим работы группы 12)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
8	Каша Геркулесовая	175	5,67	5,28	32,55	200
	Хлеб	40	3	1,1	28,7	72
	Масло	5	0,04	3,62	0,065	33,1
31	Чай	200	3,94	3,26	16,46	28
	Компот консервированный	40				
итого		460	12,65	13,26	77,77	333,1
2	2 завтрак:					
	Сок	180	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		180				
3	Обед:					
11	Суп Овощной	200/7	4,41	10,39	25,72	215,46
304	Лапша отварная	130	2,58	3,13	26,72	145,35
41	Гуляш из говядины	80	9,92	15,52	28,3	186,4
67	Компот из сухофруктов	200	0,69	1,95	3,09	72
34	Хлеб пшеничный	40	0,14	0,04	0,9	154,1
	Помидор свежий	30	3,2	0,4	20	96
итого		480	20,94	31,43	104,7	869,31
4	Уплотненный полдник:					
	Биточек манный с повидлом	70	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	200	0,06	0,05	0,012	0,42
272	Рис отварной	100	10,35	0,72	21,65	134,55
	Гуляш из говядины	70	11,92	8,8	11,64	173
	Хлеб	40	6	7,6	2,47	164,8
	Фрукт	140				
итого		605	50,83	31,97	54,97	763,07
Калорийность всего за день (ккал):						
		1725	66,7	71,95	238,4	1750,6

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____