

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 3"

Зарубина Т.Л

## Меню на 31 Мая 2024г

### Ясли

(режим работы группы 12 ч)



№ рец.	№ тех. нот. ог.к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	66	Каша Дружба	150	4,5	7,4	23,5	179,5
	к/к	Батон	30	2,4	0,3	15	72
	к/к	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
		Чай	150	2,65	2,33	11,31	0,019
	<b>итого</b>		335	9,6	13,66	49,88	284,619
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	к/к	Сок	180	0,5	0	12,7	55
	<b>итого</b>		180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	31	Суп Рассольник со сметаной	180	2,8	0,6	6,5	109,4
	302	Лапша отварная	130	5,73	0,4	25,76	162,5
	289	Биточек из говядины	60	6,8	5,2	6,9	114,8
	32	Компот	180	0,33	0,2	10	48
		Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	10	48
	<b>Итого</b>		570	17,26	6,6	59,16	482,7
<b>4</b>		<b>Полдник:</b>					
	263	Расстегай	50	16	12,8	11,8	108,5
		Чай с сахаром	150	2		9,6	59,4
		Омлет	110				
		Хлеб	50				
		Фрукт	70				
	<b>итого</b>		430	16	12,8	21,4	167,9
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>							
			1515	38,36	32,02	141,32	1049,8

Повар

Кладовщик

*М*







Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ "Детский сад №3"

Зарубина Т.Л.



## Меню на 31 Мая 2024г

### Сад

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	№ тех нол	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>1</b>		<b>Завтрак:</b>					
	66	Каша Дружба	180	5,2	8,6	27,4	209,4
		Батон	40	3,2	0,4	20	96
		Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
		Чай	180	2,65	2,33	11	0,019
		<b>итого</b>	405	11,1	14,96	58,47	338,519
<b>2</b>		<b>2 завтрак:</b>					
	к/к	Сок	180	0,5	0	12,7	82,5
		<b>итого</b>	180				
<b>3</b>		<b>Обед:</b>					
	3	Суп Рассольник со сметаной	200	2,8	0,6	6,5	145,8
	302	Лапша отварная	130	7,45	0,5	25,76	181,25
	289	Биточек из говядины	70	6,8	5,2	6,9	142,1
	34	Компот	200	0,07	0,09	21,26	96
		Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
		<b>итого</b>	640	20,32	6,79	80,42	661,15
<b>4</b>		<b>Уплотненный полдник:</b>					
	263	Расстегай	70	5,6	6,7	16,6	151,9
		Чай с сахаром	200	0,04	0,01	0	71,3
	36	Фрукт	140	11,17	10,28	31,78	264
		Омлет	110				
		Хлеб	50				
		<b>Итого</b>	570	16,81	16,99	48,38	487,2
Калорийность всего за день (ккал):			1225	33,36	30,44	178,48	1399,3

Повар:

Кладовщик:

*Handwritten signature*