

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



Меню на 11 Июня 2023г

Ясли

(режим работы группы 10,5 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
4	Каша Кукурузная	175	0,83	0,12	7,1	108,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Кондитерское изделие	30				
итого		430	4,1	4,03	27,17	237,519
2	2 завтрак:					
	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
итого		180				
3	Обед:					
102	Суп Гороховый	200	3.1	3.1	9,79	59,3
304	Картофельное пюре	130	1,9	1,9	19,6	145,35
85	Суфле из печени	70	13.1	5,85	7,74	138,45
34	Компот из сухофруктов	180	0.08	0	29.85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Огурец свежий	40				
итого		660	16,9	7,95	47,13	519,5
4	Уплотненный полдник:					
237	Королевская ватрушка	80	11,82	6,37	1,42	109,91
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	100				
итого		360	11,84	6,37	1,42	109,929
Калорийность всего за день (ккал):						
		1630	45,17	35,7	108,17	1493,6

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар
 Кладовщик

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



Меню на 11 июня 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:					
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	150	0,02	-	-	0,019
	Кондитерское изделие	30				
итого		370	2,5	3,95	17,17	113,919
2	2 завтрак:					
	Сок	180	2	2,4	2,8	61,4
итого		180				
3	Обед:					
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	Компот из сухофруктов	150	1,04	0,2	8,86	42,8
	Хлеб пшеничный	40	1,04	0,2	8,86	42,8
	Огурец свежий					
Итого		550	18,06	9,38	58,79	428,68
4	Полдник:					
237	Королевская ватрушка	60	11,82	6,37	1,42	109,91
215	Гречка отварная	150	8,96	8,12	0,49	110
	Гуляш из говядины	70				
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	96
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	100				
итого		570	22,4	14,69	11,91	315,929
Калорийность всего за день (ккал):						
		1180	37,93	29,5	100,6	979,8

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

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



Меню на 11 Июня 2023г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
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	180	0,02	-	-	0,019
	Кондитерское изделие	30				
итого		430	2,5	3,95	0	161,919
2	2 завтрак:					
к/к	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
		180				
3	Обед:					
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	Компот из сухофруктов	180	0,008	0	29,85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	2,34	0,54	19,93	96
	Огурец свежий					
итого		600	18,328	9,52	90,85	519,5
4	Полдник:					
237	Королевская ватрушка	80	22,5	13,2	37,8	109,91
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	100				
итого		430	22,52	13,2	37,8	109,929
Калорийность всего за день (ккал):						
		1640	52,5	34,89	157,1	1632,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик
