

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



## Меню на 7 Августа 2024г

### Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
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
	Компот конц	30	0,04	0,01	6,99	28
<b>итого</b>		435	4,76	5,11	18,26	196,88
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	180	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		180				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
41	Суп Харчо со сметаной	180/7	3,68	8,65	21,43	179,55
304	Макаронны 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
<b>итого</b>		420	20,76	20,91	99,55	665,75
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
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
	Яблоко	70	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		560	40,41	26,67	70,75	673,96
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1595	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 7 Августа 2024г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
8	Каша Геркулесовая	175	2,21	1,12	11,12	63,36
	Хлеб	40	2,4	0,3	15	72
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,065	33,1
31	Чай	200	3,94	3,26	16,46	28
	Компот консерв	40				
<b>итого</b>		<b>460</b>	<b>8,59</b>	<b>8,3</b>	<b>42,64</b>	<b>196,46</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	180	4,35	4,8	33,52	88,5
<b>итого</b>		<b>180</b>				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
11	Суп Харчо со сметаной	200/7	4,41	10,39	25,72	215,46
304	Макаронны отварные	130	2,58	3,13	26,72	145,35
41	Гуляш из говядины	80	9,92	15,52	28,3	186,4
34	Компот из сухофруктов	200	0,14	0,04	0,9	154,1
	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	96
<b>итого</b>		<b>460</b>	<b>20,25</b>	<b>29,48</b>	<b>101,6</b>	<b>797,31</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
	Биточек манный со сгущенным молоком	70	22,5	14,8	19,2	290,3
	Чай	200	0,06	0,05	0,012	0,42
	Яблоко	120	4,35	4,8	33,52	88,5
		390	26,91	19,65	52,73	379,22
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>1475</b>	<b>60,99</b>	<b>64,15</b>	<b>234,4</b>	<b>1537,7</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: \_\_\_\_\_

Кладовщик: \_\_\_\_\_

M