

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

## Меню на 13 Августа 2024г

### Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	(ккал)
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
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				
<b>итого</b>		370	2,5	3,95	17,17	113,919
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
	Сок	180	2	2,4	2,8	61,4
<b>итого</b>		180				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
102	Суп гороховый	180	2.1	2.1	6,61	59,3
304	Картофель отварной	130	2,58	3,13	26,72	145,33
85	Гуляш из говядины	50	13.1	5,85	7,74	138,45
34	Компот из кураги	150	1,04	0,2	8,86	42,8
	Хлеб пшеничный	40	1,04	0,2	8,86	42,8
	Огурец свежий	30				
<b>Итого</b>		580	18,06	9,38	58,79	428,68
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
237	Королевская ватрушка со	60	11,82	6,37	1,42	109,91
215	Макаронны отварные с маслом сливочным	150	8,96	8,12	0,49	110
	Хлеб	40	1,6	0,2	10	96
	Чай	150	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	100				
<b>итого</b>		500	22,4	14,69	11,91	315,929
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		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 13 Августа 2023г

### Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
<b>1</b>	<b>Завтрак:</b>					
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				
<b>итого</b>		<b>430</b>	<b>2,5</b>	<b>3,95</b>	<b>0</b>	<b>161,919</b>
<b>2</b>	<b>2 завтрак:</b>					
к/к	Сок	180	2	2,4	2,8	88,5
		180				
<b>3</b>	<b>Обед:</b>					
102	Суп гороховый	180	2.1	2.1	6,61	59,3
304	Картофель отварной	130	2,58	3,13	26,72	145,35
85	Гуляш из говядины	70	13.1	5,85	7,74	138,45
34	Компот из кураги	180	0,008	0	29,85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	2,34	0,54	19,93	96
	Огурец свежий	30				
<b>итого</b>		<b>630</b>	<b>18,328</b>	<b>9,52</b>	<b>90,85</b>	<b>519,5</b>
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
237	Каоролевская ватрушка со	70	22,5	13,2	37,8	109,91
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	140				
<b>итого</b>		<b>430</b>	<b>22,52</b>	<b>13,2</b>	<b>37,8</b>	<b>109,929</b>
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		<b>1670</b>	<b>52,5</b>	<b>34,89</b>	<b>157,1</b>	<b>1632,4</b>

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_