

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



## Меню на 27 Августа 2024г Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<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 с сахаром	150	0,02	-	-	0,019
		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 сгущенным молоком	60	11,82	6,37	1,42	109,91
215	Макаронные изделия отварные с сыром	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 27 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 с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
<b>итого</b>		400	2,5	3,95	0	161,919
<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>		630	18,328	9,52	90,85	519,5
<b>4</b>	<b>Полдник:</b>					
237	Каоролевская ватрушка со сгущенным молоком	70	22,5	13,2	37,8	109,91
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	140				
<b>итого</b>		430	22,52	13,2	37,8	109,929
<b>Калорийность всего за день (ккал):</b>						
		1640	52,5	34,89	157,1	1632,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_