

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

Меню на 2 Сентября 2024г

Ясли

(режим работы группы 12 ч)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность
1	Завтрак:					
15	Каша рисовая	180	3,2	0,2	14	67,1
70	Батон	40	2,4	0,3	15	72
48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
62	Чай с сахаром	150	3,59	0,29	0,06	17,21
49			2,5	2,7		34
итого		375	11,74	7,12	29,13	223,41
2	2 завтрак:					
	Сок фруктовый	180	0,5	0	12,7	82,5
итого		180				
3	Обед:					
12	Суп Свекольник со сметаной	150/8	1,15	3,8	7,47	62,49
27	Гречка отварная	110	5,73	04,06	25,76	162,5
41	Шницель из говядины	60	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	10	11,62	42,03	80,18	74,5
31	Компот из сухофруктов	180	1,26	0,16	38,27	154,1
50	Хлеб пшеничный	30	1,6	0,2	10	48
		578	18,79	49,22	153,95	441,69
4	Полдник:					
10	Омлет	150	10,35	0,72	21,65	134,55
62	Чай	130	0,27	0,17	0,11	3,21
	Хлеб	30	1,6	0,2	10	48
56	Лапша отварная с сыром	150	1,28	0,26	10,4	49,13
	Кондитерское изделие	30	2,5	3,3	19,8	132
итого		490	12,22	1,09	31,76	185,76
Калорийность всего за день (ккал):						
		1623	41,24	66,03	251,6	1071,3

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

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

Меню на 2 Сентября 2024г Сад

(режим работы группы 10,5)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
95	Каша рисовая	180	3,2	0,2	14	67,1
70	Батон	40	3,2	0,4	20	96
48	Масло	5	0,05	3,63	0,07	33,1
62	Чай с сахаром	180	3,59	0,29	0,06	17,21
49			2,5	2,7		34
итого		405	12,54	6,82	34,13	247,41
2	2 завтрак:					
	Сок фруктовый	180	0,7	0	19	123,7
итого		180				
3	Обед:					
12	Суп Свекольник со сметаной	200/8	1,15	3,8	7,47	116,11
27	Гречка отварная	150	7,45	05.01	25,76	211,25
41	Шницель из говядины	70	3,16	2,79	18,03	102,6
67	Соус красный	20	2,72	7,83	15,25	96,1
31	Компот из сухофруктов	180	1,26	0,16	38,27	154,1
к/к	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20	
			0,9	0,2	1	20
итого		675	17,7	20,06	125,78	700,16
4	Полдник:					
10	Омлет	150	10,35	0,72	21,65	134,55
62	Чай	180	0,27	0,17	0,11	3,21
50	Хлеб	40	3,2	0,4	20	96
	Кондитерское изделие	30	2,5	3,3	19,8	132
итого		400				
			44243,12	4,19	61,56	365,76
Калорийность всего за день (ккал):						
		1660	43,07	35,8	238,7	1481,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар:

Кладовщик:

