

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

Меню на 2 Июня 2026г

Ясли

(режим работы группы 10,5)

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масс а	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
273	Каша Гречневая	150	4,67	4,86	20,94	146
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,36	14,7	72
	Чай	180	3,94	0,32	0,07	0,019
	Кондитерское изделие	20	0,5	0,6	15,4	70
итого		380	10,71	5,54	35,71	264,019
2	2 завтрак:					
	Снежок	100	4,35	4,8	33,52	88,5
итого		100				
3	Обед:					
98	Суп Кудрявый	150	3,07	4,43	11,92	99,82
25	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	140
268	Суфле из рыбы	60	9,54	5,31	2,44	96,6
388	Компот из сухофруктов	150	0,51	0,21	14,23	61
	Хлеб пшеничный	30	2,1	0,36	14,7	72
итого		490	17,65	13,9	67,74	469,42
4	Уплотненный полдник:					
	Пирожок с картошкой	60	5	2,8	30,3	166,2
	Чай с сахаром	150	0,04	0,05	0,012	28
	Фрукт	70	0,4	0,4	9,8	48
итого		280	5,44	3,25	40,112	242,2
Калорийность всего за день (ккал):						
		1250			1040,1	

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар: _____

Кладовщик: _____

M

