

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида №15**



**Меню на 01 марта 2023 г.  
(для детей от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая молочная вязкая	180	4,5	4,4	24,6	239	№51
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Второй завтрак</b>	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>7,87</b>	<b>8,35</b>	<b>67,37</b>	<b>454,78</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с клецками	180	4,46	7,1	20,96	167,1	№34
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	2,72	2,13	34,88	199,32	№39
	Котлета куриная	80	11,0	12,5	7,5	186	№62
	Салат из квашенной капусты	60	1,04	1,07	2,32	24,61	№18
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>23,86</b>	<b>30,86</b>	<b>73,64</b>	<b>713,7</b>	
<b>Полдник</b>	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,15</b>	<b>7,7</b>	<b>44,65</b>	<b>218,4</b>	
	Омлет натуральный	70	5,8	9	1,5	109,5	№22
	Икра кабачковая ( консерв)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	№25
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	2,6	10,1	16,8	168,1	№40
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Какао на молоке	200	3,4	2,9	20,4	128,2	№8
<b>Итого за ужин:</b>		<b>500</b>	<b>17,41</b>	<b>37,18</b>	<b>79,62</b>	<b>724,21</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1968</b>	<b>58,29</b>	<b>84,09</b>	<b>265,28</b>	<b>2111,09</b>	