



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестерина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 01 ноября 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	180	7,23	6,67	39,54	246,87	№51
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями) Варен сгущ	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
Итого за завтрак:		528	7,47	8,35	56,37	413,48	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	2,1	5,7	12,6	112,47	№37
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,82	3,62	30,0	175,87	№42
	Курица в томатном соусе	80	25,53	35,62	4,66	457,35	№63
	Салат из квашенной капусты	60	0,80	5,0	1,79	55,3	№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	27,89	113,79	№9
Итого за обед:		710	41,59	53,71	83,99	989,54	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46,0	№68
Итого за полдник:		250	3,1	6,0	38,9	220,8	
	Вареники ленивые из творога	160	32,4	9,8	33,2	351,22	№11
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№11а
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№3
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Итого за ужин:		470	19,39	25,79	59,06	587,13	
Итого за день:		1958	71,55	93,85	238,32	2210,95	