

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



**Меню на 02 февраля 2023 г.  
(для детей от 3 до 7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	200	7,55	6,72	25,62	185,78	№47
	Багон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1а
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>538</b>	<b>9,81</b>	<b>10,82</b>	<b>48,38</b>	<b>360,26</b>	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	4,46	7,1	20,96	167,1	№34
	Каша ячневая рассыпчатая	130	2,6	10,1	16,8	168,1	№40
	Гуляш из куриного мяса	60	13,7	11,6	2,8	203	№53
	Салат из квашенной капусты	60	1,04	1,07	2,32	24,61	№18
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
<b>Итого за обед:</b>		<b>690</b>	<b>24,52</b>	<b>31,6</b>	<b>94,72</b>	<b>782,05</b>	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№5
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>8</b>	<b>7,7</b>	<b>36</b>	<b>246,8</b>	
	Вареники ленивые из творога	160	15,76	16,62	27,18	359,82	№11
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№ 11а
	Какао на молоке	200	3,4	2,9	20,4	128,2	№8
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
<b>Итого за ужин:</b>		<b>440</b>	<b>22,03</b>	<b>28,54</b>	<b>63,94</b>	<b>646,25</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1918</b>	<b>64,36</b>	<b>78,66</b>	<b>243,04</b>	<b>2035,36</b>	