

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



**Меню на 02 марта 2023 г.  
(для детей от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			сая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	180	7.55	6.72	25.62	185.78	№47
	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
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0.50	0	10.10	42.00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>10,52</b>	<b>10,67</b>	<b>57,39</b>	<b>360,26</b>	
Обед	Суп крестьянский с крупой (гречневый)	180	3,4	7,08	17,62	149,02	№37
	Каша пшеничная с маслом	130	4,43	2,22	24,51	129,6	№58
	Котлета из говядины	80	12,44	12,73	16,16	216,64	№58
	Салат из квашенной капусты	60	1,04	1,07	2,32	24,61	№18
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
<b>Итого за обед:</b>		<b>700</b>	<b>24,41</b>	<b>30,8</b>	<b>95,02</b>	<b>739,11</b>	
Полдник	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>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	№ 11a
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>24,08</b>	<b>30,83</b>	<b>85,62</b>	<b>757,26</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>67,01</b>	<b>80</b>	<b>274,03</b>	<b>2102,43</b>	