

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



**Меню на 03 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		
	Яйцо отварное	40	6,62	5,64	0,34	76,93	№21
	Зеленый горошек (консер)	60	3,12	3,18	10,13	80,27	№24
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,82	3,62	35,7	180	№42
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8
<b>Второй завтрак</b>	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>530</b>	<b>21,31</b>	<b>17,48</b>	<b>78,9</b>	<b>616,21</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,26	2,29	17,41	199,27	№36
	Тефтели из говядины	60	8,9	10,5	5,8	153,7	58
	Пюре картофельное	130	1,9	2,7	15,4	93,3	№23
	Соленый помидор	60	1,4	3,6	5,6	59	№66
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
	Хлеб пшеничный	30	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	40	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>17,56</b>	<b>26,79</b>	<b>78,95</b>	<b>724,51</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка домашняя	50	4,4	10,7	42,0	228,2	№53
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,15</b>	<b>12,5</b>	<b>49,2</b>	<b>300,2</b>	
	Каша молочная «Дружба»	200	9,29	10,01	22,71	218	№44
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
<b>Итого за ужин:</b>		<b>440</b>	<b>11,9</b>	<b>17,56</b>	<b>43,49</b>	<b>379,58</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1900</b>	<b>59,92</b>	<b>74,33</b>	<b>250,54</b>	<b>2020,5</b>	