



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Шестернина О.В.

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

**Меню на 03 мая 2023 г**

| Прием пищи               | Наименование блюда                   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
|                          |                                      |             | Б                    | Ж            | У             |                                |             |
|                          | Каша рисовая молочная жидкая         | 180         | 3                    | 4.9          | 18.1          | 180.6                          | №48         |
|                          | 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>6,37</b>          | <b>8,85</b>  | <b>60,87</b>  | <b>396,38</b>                  |             |
| <b>Обед</b>              | Рассольник                           | 200         | 2.52                 | 5.28         | 16.10         | 122.96                         | №35         |
|                          | Макаронные изделия отварные с маслом | 140         | 2.72                 | 2.13         | 34.88         | 199.32                         | №39         |
|                          | Гуляш из куриного мяса               | 90          | 11.0                 | 12.5         | 7.5           | 186                            | №62         |
|                          | Салат из моркови                     | 60          | 0.7                  | 8            | 6.6           | 102                            | № 16        |
|                          | 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>730</b>  | <b>20,38</b>         | <b>28,68</b> | <b>95,21</b>  | <b>752,13</b>                  |             |
| <b>Полдник</b>           | Печенье                              | 50          | 2.6                  | 5.9          | 28.8          | 174.8                          | №4          |
|                          | Кефир                                | 200         | 5.4                  | 1.8          | 7.2           | 72                             | №64         |
| <b>Итого за полдник:</b> |                                      | <b>250</b>  | <b>9,72</b>          | <b>3,6</b>   | <b>37,2</b>   | <b>218,4</b>                   |             |
|                          | Омлет натуральный                    | 65          | 5.8                  | 9            | 1.5           | 109.5                          | №22         |
|                          | Зеленый горошек (консер)             | 60          | 5.12                 | 6.25         | 2.50          | 86.73                          | №24         |
|                          | Каша гречневая рассыпчатая           | 80          | 4.7                  | 3.9          | 22            | 144.2                          | №42         |
|                          | 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         | 4.85                 | 5.04         | 32.73         | 195.71                         | №8          |
| <b>Итого за ужин:</b>    |                                      | <b>470</b>  | <b>23,52</b>         | <b>31,89</b> | <b>82,7</b>   | <b>715,64</b>                  |             |
| <b>Итого за день:</b>    |                                      | <b>1963</b> | <b>61,72</b>         | <b>73,02</b> | <b>275,98</b> | <b>2082,55</b>                 |             |