



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестерина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 03 октября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Яйцо отварное	40	2,8	0,61	0,34	70,93	№21
	Икра кабачковая (пром)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	№25
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,82	3,62	30,0	175,87	№42
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Какао с молоком	180	4,1	3,5	26,1	155,8	8
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46,0	№68
Итого за завтрак:		578	17,03	17,02	86,67	626,9	
Обед	Суп крестьянский с крупой (пшеничный)	180	1,85	6,19	12,34	112,42	№37
	Гуляш из говядины	90	18,56	20,72	5,77	283,79	№60
	Салат из огурцов	60	0,3	5	2,1	54,6	№16
	Пюре картофельное	130	2,13	4,04	15,53	106,97	№23
	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	0,56	0,00	27,89	113,79	№ 9
Итого за обед:		710	26,45	37,46	87,6	851,07	
Полдник	Булочка веснушка	50	3,47	3,32	26,54	149,85	№53а
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
Итого за полдник:		250	9,07	9,72	34,74	262,65	
	Суп молочный с макаронами	200	2,26	2,29	17,41	99,27	№45
	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	12,4	48,64	№6
Итого за ужин:		470	5,43	9,99	53,78	327,41	
Итого за день:		2008	57,98	74,19	262,79	2068,03	