



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В

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

Меню на 03 ноября 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	180	7,44	8,07	35,28	243,92	№49
	Сыр «Российский»	10	3,5	4,5	0	55,6	№20
	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	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
Итого за завтрак:		538	6,47	16,52	67,05	474,0	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,26	2,29	17,41	99,27	№36
	Пюре картофельное	130	1,9	2,7	15,4	93,3	№23
	Бефстроганов из говядины	90	13,7	11,6	2,8	270,6	№60
	Солёный огурец	60	0,5	0,05	0,8	6,5	№67
	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	27,89	113,79	№ 9
Итого за обед:		710	19,6	27,46	71,69	719,98	
Полдник	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
Итого за полдник:		250	4,0	1,8	72,2	313,0	
Ужин	Икра кабачковая (консер))	60	1,4	5,34	4,62	71,4	№25
	Омлет натуральный	65	5,8	9	1,5	109,5	№22
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	2,28	2,28	16,09	140,77	№41
	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	12,04	48,64	№6
Итого за ужин:		535	16,01	24,21	71,17	562,51	
Итого за день:		2033	48,08	69,99	282,11	2069,49	