



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №15
Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 07 августа 2023г

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Каша молочная «Дружба» | 180 | 6,55 | 8,33 | 35,09 | 217,4 | №44 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | №1 |
| | Масло (порциями) | 8 | 0,77 | 2 | 14,42 | 28,30 | №1 |
| | Сыр «Российский» | 10 | 3,5 | 4,5 | 0 | 55,6 | №20 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0 | 12,4 | 48,64 | №6 |
| Второй завтрак | Свежее яблоко | 100 | 0,50 | 0 | 10,10 | 42,00 | №65 |
| Итого за завтрак: | | 538 | 13,69 | 15,7 | 82,43 | 470,54 | |
| Обед | Борщ из свежей капусты и картофелем | 180 | 1,54 | 5,07 | 8,04 | 83,33 | №30 |
| | Печень по-строгановски | 90 | 23,32 | 28,95 | 4,7 | 370,15 | №57 |
| | Каша пшеничная рассыпчатая | 130 | 4,38 | 4,28 | 26,09 | 160,77 | №41a |
| | Салат из огурцов | 60 | 0,83 | 5 | 3 | 55 | №17 |
| | 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 | 0,56 | 0,00 | 27,89 | 113,79 | № 9 |
| Итого за обед: | | 710 | 33,68 | 51,0 | 93,69 | 962,51 | |
| Полдник | Пряник | 50 | 2,2 | 1,8 | 30 | 146,4 | №5 |
| | Кефир | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112,8 | №64 |
| Итого за полдник: | | 250 | 7,8 | 2,2 | 38,2 | 259,2 | |
| | Вареники ленивые из творога | 160 | 32,4 | 9,8 | 33,2 | 351,22 | №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 | №8a |
| Итого за ужин: | | 470 | 40,72 | 24,01 | 91,64 | 748,66 | |