

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



**Меню на 09 марта 2023 г.  
(для детей от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Боярская»	180	3,82	6,88	25,24	185,98	№51а
	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
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>6,63</b>	<b>10,83</b>	<b>57,01</b>	<b>334,88</b>	
Обед	Суп крестьянский с крупой (гречка)	180	3,4	7,08	17,62	149,02	№29
	Плов из говядины	160	19,46	16,55	26,97	334,74	№56
	Салат из квашенной капусты	60	1,04	1,07	2,32	24,61	№18
	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>650</b>	<b>27,0</b>	<b>32,4</b>	<b>81,32</b>	<b>827,61</b>	
Полдник	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>	
	Творожная запеканка	170	13,60	7	30,59	327,94	№12
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№11а
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№3
	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,31	№
<b>Итого за ужин:</b>		<b>480</b>	<b>22,66</b>	<b>22,55</b>	<b>65,68</b>	<b>646,98</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1908</b>	<b>66,01</b>	<b>69,38</b>	<b>241,21</b>	<b>2027,87</b>	