



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

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

**Меню на 11 октября 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша ячневая молочная вязкая	180	7,22	6,67	39,54	246,87	№51
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями) Варен сгущ	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>	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>10,19</b>	<b>10,62</b>	<b>71,31</b>	<b>421,35</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с клецками	180	1,96	3,91	11,13	87,50	№34
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,82	3,62	30,0	175,87	№42
	Гуляш из куриного мяса	90	29,53	35,62	4,66	457,35	№62
	Салат витаминный	60	0,6	5	1,4	53,3	№18a
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>39,04</b>	<b>55,76</b>	<b>93,3</b>	<b>1033,47</b>	
<b>Полдник</b>	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>7,8</b>	<b>8,2</b>	<b>38,2</b>	<b>259,2</b>	
	Творожная запеканка	160	29,22	12,11	29,1	342,23	№12
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№11a
	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	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>38,29</b>	<b>27,66</b>	<b>62,99</b>	<b>656,48</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1978</b>	<b>95,32</b>	<b>102,24</b>	<b>265,8</b>	<b>2111,3</b>	