



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

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад комбинированного вида №15**

**Меню на 12 июля 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Молочная Геркулесовая каша	180	6,33	8,90	25,49	207,38	№47
	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	12,4	48,64	№6
<b>Второй завтрак</b>	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>10,92</b>	<b>10,67</b>	<b>68,39</b>	<b>401,56</b>	
	Суп крестьянский с рисом	180	2,1	5,7	12,6	112,47	№37
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	3,64	3,53	23,55	140,73	№39
	Котлета куриная	80	11,5	13,3	6,5	179,32	№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>700</b>	<b>19,43</b>	<b>33,03</b>	<b>108,24</b>	<b>769,11</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>9,15</b>	<b>7,7</b>	<b>44,65</b>	<b>259,2</b>	
	Сырники из творога запеченные	160	28,67	7,48	39,59	340,36	№13
	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
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8a
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>17,41</b>	<b>37,18</b>	<b>79,62</b>	<b>737,8</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>55,85</b>	<b>80,73</b>	<b>280,06</b>	<b>2141,83,61</b>	