



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Шестернина О.В

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

**Меню на 12 октября 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Молочная Геркулесовая каша	180	7,55	6,72	25,62	185,78	№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	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Второй завтрак</b>	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46,0	№68
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>10,52</b>	<b>10,67</b>	<b>57,39</b>	<b>401,56</b>	
<b>Обед</b>	Свекольник	180	1,9	2,9	15,3	94,5	№33
	Жаркое по-домашнему	190	21,16	34,25	24,65	491,49	№55
	Салат из моркови	60	0,6	5	4,6	65,9	№ 15
	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>680</b>	<b>20,07</b>	<b>29,26</b>	<b>97,94</b>	<b>767,61</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка веснушка	50	3,47	3,32	26,54	149,85	№53а
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,07</b>	<b>9,72</b>	<b>34,74</b>	<b>262,65</b>	
	Каша манная молочная вязкая	200	6,53	7,03	38,78	244,92	№46а
	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>9,74</b>	<b>14,73</b>	<b>65,91</b>	<b>450,0</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1928</b>	<b>49,8</b>	<b>64,38</b>	<b>266,98</b>	<b>1881,82</b>	