

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15



Меню на 13 апреля 2023 г.

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	№1а
	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
Итого за завтрак:		528	10,36	10,67	57,39	360,26	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,26	2,29	17,41	99,27	№36
	Каша пшеничная с маслом	130	4,43	2,22	24,51	129,6	№58
	Гуляш из говядины	90	13,7	11,6	2,8	270,6	№60
	Солёный огурец	60	0,54	3,07	1,67	37,57	№67
	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
Итого за обед:		700	24,41	30,8	95,02	739,11	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
Итого за полдник:		250	9,72	3,6	37,2	218,4	
	Творожная ватрушка с повидлом	160/10	25,4	8,3	36,3	320,6	№14
	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
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8
Итого за ужин:		470	33,72	22,51	94,74	718,04	
Итого за день:		1948	78,21	55,72	284,35	2035,81	