



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №15  
Шестернина О.В

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

**Меню на 13 июля 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная гречневая	180	7,94	8,21	35,13	246,17	№ 43
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,77	2	14,42	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>11,68</b>	<b>12,67</b>	<b>68,51</b>	<b>369,48</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	1,87	3,11	10,89	79,5	№31
	Каша пшеничная с маслом	130	6,18	3,55	24,58	155,22	№38
	Тефтели из говядины с рисом	80	13,49	17,5	11,58	257,72	№61
	Салат из моркови	60	0,6	5	4,6	65,9	№ 15
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Компот из сухофруктов	180	0,56	0,00	27,89	113,79	№ 9
<b>Итого за обед:</b>		<b>700</b>	<b>23,14</b>	<b>28,92</b>	<b>92,57</b>	<b>743,99</b>	
Полдник	Булочка домашняя	50	3,29	7,07	27,67	171,58	№53
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>10</b>	<b>17,1</b>	<b>50,2</b>	<b>351,0</b>	
	Каша молочная «Боярская»	200	8,6	9,2	44,8	299	№51а
	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>450</b>	<b>7,03</b>	<b>14,58</b>	<b>55,37</b>	<b>391,06</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1928</b>	<b>51,85</b>	<b>73,27</b>	<b>266,65</b>	<b>1755,53</b>	