



Заведующий МБ ДОУ №15  
Шестернина О.В

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

**Меню на 13 декабря 2023 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7,23	6,67	39,54	246,87	№51
	Батон нарезной	40	3	1,2	20	100	№1
	Варенная сгущенка	8	0,56	0,68	4,43	25,6	№16
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>100,3</b>	<b>9,05</b>	<b>91,36</b>	<b>499,11</b>	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	2,1	5,7	12,5	112,47	№37
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,82	3,62	30,0	175,87	№42
	Курица в томатном соусе	80	25,53	35,62	4,66	457,35	№63
	Салат из квашеной капусты	60	0,80	5,0	1,79	55,3	№18
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№3
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	27,89	113,79	№9
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>40,3</b>	<b>51,33</b>	<b>66,41</b>	<b>1086,48</b>	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,3	174,8	№4
	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>4,4</b>	<b>5,9</b>	<b>71,0</b>	<b>341,04</b>	
	Вареники ленивые из творога	160	32,4	9,8	33,2	351,22	№11
	Соус сметанный	40	1,68	11,85	3,6	126,5	№11а
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№3
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>19,39</b>	<b>25,79</b>	<b>59,06</b>	<b>698,06</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1958</b>	<b>71,55</b>	<b>93,85</b>	<b>238,32</b>	<b>2210,95</b>	