

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



«Утверждаю»  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Смирнова С.Г.

**Меню на 14 февраля 2023 г.  
(для детей от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная вязкая	180	6,9	10,6	32	251	№46
	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
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>10,27</b>	<b>14,55</b>	<b>53,67</b>	<b>466,78</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	5,6	3,5	5,8	91,5	№31
	Жаркое по-домашнему	190	13,96	13,66	26,18	313,92	№55
	Соленый помидор	60	1,4	3,6	5,6	59	№66
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>24,06</b>	<b>28,46</b>	<b>71,99</b>	<b>683,66</b>	
Полдник	Печенье	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,15</b>	<b>7,7</b>	<b>44,65</b>	<b>218,4</b>	
Ужин	Сырники из творога запеченные	160	21,2	7,0	31,3	283	№
	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	№8
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>29,52</b>	<b>28,21</b>	<b>89,74</b>	<b>680,44</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1928</b>	<b>73</b>	<b>78,92</b>	<b>260,05</b>	<b>2049,28</b>	