



заведующий МБДОУ №15

Шестерина О.В

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

Меню на 14 ноября 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	180	6,33	8,90	25,49	207,38	№47
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями) Варен сгущ	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46,0	№68
Итого за завтрак:		528	9,3	12,85	57,26	385,86	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	1,87	3,11	10,89	79,5	№31
	Котлета из говядины	80	12,6	11,72	5,74	176,75	№58
	Пюре картофельное	130	2,13	4,04	15,53	106,97	№23
	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	0,05	0,00	27,89	113,79	№ 9
Итого за обед:		700	24,13	34,96	68,08	693,46	
Полдник	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106	№64
Итого за полдник:		250	7,6	3,6	37,2	218,4	
	Макаронные изделия отварные с сыром	130	2,72	2,13	34,88	199,32	№39
	Зеленый горошек (консер)	60	2,0	0,3	4,0	30,0	№24
	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	0,12	0	12,04	48,64	№6
Итого за ужин:		460	7,33	9,83	68,91	426,2	
Итого за день:		1938	48,36	61,24	231,45	1921,92	