



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 15 августа 2023г

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Каша молочная пшеничная | 180 | 6,04 | 7,27 | 34,29 | 227,16 | №50 |
| | 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 | 0,12 | 0 | 12,4 | 48,64 | №6 |
| Второй завтрак | Сок яблочный | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46,0 | №68 |
| Итого за завтрак: | | 528 | 9,01 | 11,32 | 66,06 | 405,64 | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой (гречка) | 180 | 2,1 | 5,7 | 12,6 | 112,47 | №29 |
| | 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 свеклы | 60 | 0,83 | 5 | 3 | 55 | №17 |
| | 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 | 0,56 | 0,00 | 27,89 | 113,79 | №9 |
| Итого за обед: | | 700 | 21,27 | 34,16 | 88,73 | 744,47 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 50 | 3,29 | 7,07 | 27,67 | 171,58 | №53 |
| | Кефир | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112,8 | №64 |
| Итого за полдник: | | 250 | 8,89 | 13,47 | 35,87 | 284,38 | |
| | Каша рисовая молочная жидкая | 180 | 3 | 4,9 | 18,1 | 180,6 | №48 |
| | Яйцо отварное | 40 | 2,8 | 0,61 | 0,34 | 70,93 | №21 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 | №3 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 0,6 | 0,15 | 9,35 | 43,5 | №2 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0 | 12,4 | 48,64 | №6 |
| Итого за ужин: | | 520 | 9,01 | 13,21 | 48,57 | 456,61 | |
| Итого за день: | | 1998 | 48,18 | 72,16 | 239,23 | 1891,1 | |