



Звездующий МБДОУ №15

Шестерина О.В.

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

Меню на 15 ноября 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	150	6,9	7,4	35,8	239	№51
	Батон нарезной	30	1,62	1,2	24,5	130	№1
	Варенная сгущенка	5	0,35	0,43	2,8	16,0	№16
	Чай с сахаром	150	0,10	0	10,9	35,8	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
Итого за завтрак:		528	7,47	8,35	56,37	413,48	
Обед	Суп крестьянский с рисом	150	1,7	4,3	9,6	83,6	№37
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,7	2,8	28,0	155,87	№42
	Курица в соусе томатном	60	24,8	34,6	3,88	449,8	№63
	Салат из квашенной капусты	40	0,60	4,80	1,59	53,3	№18
	Хлеб ржаной	25	2,125	0,825	10,625	64,75	№2
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	№ 3
	Компот из сухофруктов	180	0,56	0,00	19,3	110,6	№ 9
Итого за обед:		710	41,59	53,71	83,99	989,54	
Полдник	Печенье овсяное	25	1,3	2,9	14,4	87,4	№4
	Сок яблочный	180	0,9	1,8	18,18	82,8	№68
Итого за полдник:		250	3,1	6,0	38,9	220,8	
	Вареники ленивые из творога	140	31,8	8,8	32,8	349,8	№11
	Соус сметанный	20	0,85	5,93	1,8	63,25	№ 11а
	Хлеб ржаной	25	2,125	0,825	10,625	64,75	№2
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	№ 3
	Чай с сахаром	150	0,10	0	10,9	35,8	№6
Итого за ужин:		470	19,39	25,79	59,06	587,13	
Итого за день:		1958	71,55	93,85	238,32	2210,95	