

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



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

**Меню на 16 февраля 2023 г.  
(для детей от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	180	7,55	6,72	25,62	185,78	№47
	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>10,92</b>	<b>10,67</b>	<b>68,39</b>	<b>401,56</b>	
Обед	Суп крестьянский с крупой (гречневый)	180	3,4	7,08	17,62	149,02	№37
	Каша пшеничная с маслом	130	4,43	2,22	24,51	129,6	№58
	Гуляш из говядины	90	13,7	11,6	2,8	270,6	№60
	Салат витаминный	60	0,57	5,07	5,77	70,97	18а
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>25,21</b>	<b>33,67</b>	<b>85,11</b>	<b>839,43</b>	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	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	Творожная ватрушка с повидлом	160/10	25,4	8,3	36,3	320,6	№14
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№ 11а
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Какао на молоке	200	3,4	2,9	20,4	128,2	№8
<b>Итого за ужин:</b>		<b>480</b>	<b>32,27</b>	<b>20,37</b>	<b>82,41</b>	<b>650,53</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1968</b>	<b>84,56</b>	<b>71,13</b>	<b>280,56</b>	<b>2109,92</b>	