



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №15  
Шестернина О.В

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

**Меню на 16 июня 2023г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша молочная пшеничная	180	7,44	8,07	35,28	243,92	№49
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1а
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Второй завтрак</b>	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>10,52</b>	<b>10,67</b>	<b>57,39</b>	<b>360,26</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник	180	4,02	9,04	25,90	119,68	№35
	Плов из говядины	160	19,46	16,55	26,97	334,74	№56
	Салат витаминный	60	0,6	5	1,4	53,3	№18а
	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	123,79	№9
<b>Итого за обед:</b>		<b>650</b>	<b>18,34</b>	<b>29,95</b>	<b>75,55</b>	<b>727,61</b>	
<b>Полдник</b>	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>6,4</b>	<b>3,9</b>	<b>71,1</b>	<b>335,6</b>	
	Омлет натуральный	65	5,8	9	1,5	109,5	№22
	Зеленый горошек (консер)	60	0,35	12,53	4,42	69,0	№24
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	2,38	2,28	16,09	140,77	№41
	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	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Итого за ужин:</b>		<b>495</b>	<b>13,39</b>	<b>27,23</b>	<b>60,22</b>	<b>562,08</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1923</b>	<b>48,65</b>	<b>70,85</b>	<b>264,26</b>	<b>1985,55</b>	