



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №15
Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 16 августа 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша ячневая молочная вязкая	180	7,22	6,67	39,54	246,87	№51
	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	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
Итого за завтрак:		528	10,19	10,62	71,31	421,35	
Обед	Суп картофельный с клецками	180	1,96	3,91	11,13	87,50	№34
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	3,64	3,53	23,55	140,73	№39
	Гуляш из куриного мяса	90	29,53	35,62	4,66	457,35	№62
	Салат из свежих помидор	60	0,3	5	2,1	54,6	№16
	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:		710	39,04	55,76	93,3	1033,47	
Полдник	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
Итого за полдник:		250	7,8	8,2	38,2	259,2	
	Творожная запеканка	160	29,22	12,11	29,1	342,23	№12
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№11а
	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	12,4	48,64	№6
Итого за ужин:		470	38,29	27,66	62,99	656,48	
Итого за день:		1978	95,32	102,24	265,8	2111,3	