



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 18 августа 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
	Сыр «Российский»	10	3,5	4,5	0	55,6	№20
	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:		538	13,91	16,52	67,05	474,0	
Обед	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
Итого за обед:		650	27,69	38,29	106,13	811,01	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
Итого за полдник:		250	3,16	6,1	75,6	266,8	
	Рыба с овощами	80	6,13	4,62	7,84	103,63	№69
	Салат из моркови	60	0,6	5	4,6	65,9	№15
	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	0,12	0	12,4	48,64	№6
Итого за ужин:		495	13,39	19,28	51,72	485,35	
Итого за день:		1933	58,15	80,19	300,5	2037,16	