



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Шестернина О.В

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

Меню на 18 октября 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	180	4,5	4,4	24,6	239	№51
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями) Варен сгущ	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>7,47</b>	<b>8,35</b>	<b>56,37</b>	<b>413,48</b>	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	2,1	5,7	12,6	112,47	№37
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	2,72	2,13	34,88	199,32	№39
	Котлета куриная	80	11,0	12,5	7,5	186	№62
	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,54	3,07	1,67	37,57	№19
	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	0,05	0,00	10,44	39,74	№9
<b>Итого за обед:</b>		<b>690</b>	<b>21,82</b>	<b>27,5</b>	<b>99,42</b>	<b>809,23</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>	
	Омлет натуральный	65	5,8	9	1,5	109,5	№22
	Зеленый горошек (консер)	60	3,12	3,18	10,13	80,27	№24
	Каша пшеничная	100	2,6	10,1	16,8	168,1	№40
	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	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Итого за ужин:</b>		<b>500</b>	<b>17,41</b>	<b>37,18</b>	<b>79,62</b>	<b>724,21</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1968</b>	<b>55,85</b>	<b>80,73</b>	<b>280,06</b>	<b>2165,32</b>	