



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №15

Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 19 июня 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	6,55	8,33	35,09	217,4	№44
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,77	2	14,42	28,30	№1
	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:		528	9,47	17,38	53,89	448,08	
Обед	Борщ из свежей капусты и картофелем	180	1,54	5,07	8,04	83,33	№30
	Печень по-строгановски	90	23,32	28,95	4,7	370,15	№57
	Каша пшеничная рассыпчатая	130	4,38	4,28	26,09	160,77	№41a
	Салат витаминный	60	0,6	5	1,4	53,3	№18a
	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	0,56	0,00	27,89	113,79	№ 9
Итого за обед:		710	28,16	33,74	100,33	851,27	
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	2,2	38,2	259,2	
	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	№ 11a
	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	4,85	5,04	32,73	195,71	№8a
Итого за ужин:		470	40,72	24,01	91,64	748,66	
Итого за день:		1958	85,85	77,33	283,96	2307,21	