



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №15  
Шестернина О.В.

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

**Меню на 19 июля 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	0,16	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>7,47</b>	<b>8,35</b>	<b>56,37</b>	<b>413,48</b>	
<b>Обед</b>	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>22,09</b>	<b>34,43</b>	<b>127,3</b>	<b>1033,47</b>	
Полдник	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,72</b>	<b>3,6</b>	<b>37,2</b>	<b>259,2</b>	
	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
	Молоко кипяченое	200	5,60	6,38	8,18	112,52	№10
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>23,52</b>	<b>31,89</b>	<b>82,7</b>	<b>556,48</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1978</b>	<b>62,8</b>	<b>78,27</b>	<b>303,57</b>	<b>2262,63</b>	