



Заведующий МБДОУ №15

Шестернина О.В

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

Меню на 19 декабря 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная вязкая	200	6,20	8,05	31,09	222,02	№46
	Батон нарезной	40	3	1,2	20	100	№1
	Масло (порциями)	8	0,08	5,8	0,112	52,96	№1
	Сыр «Российский»	10	3,48	4,42	0	54,6	№20
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
Итого за завтрак:		558	12,02	20,05	73,55	557,22	
Обед	Свекольник	180	1,54	5,07	8,04	83,33	№33
	Тефтели из говядины с рисом	80	8,9	10,5	5,8	153,7	№61
	Пюре картофельное	130	4,09	4,69	18,14	121,64	№23
	Солёный огурец	60	0,5	0,05	0,8	6,5	№67
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№3
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	27,89	113,79	№9
Итого за обед:		700	20,78	21,7	92,74	650,66	
Полдник	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
	Булочка домашняя (промышленная)	50	3,29	7,07	27,67	171,58	№53
Итого за полдник:		250	5,09	7,07	69,87	338,18	
	Яйцо отварное	40	2,8	0,61	0,34	70,93	№21
	Тушеная капуста	200	5,24	6,46	26,9	174,32	№75
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№3
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Итого за ужин:		510	13,86	8,46	71,35	465,59	
Итого за день:		2018	51,75	57,28	312,57	2011,65	