



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Шестернина О.В

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

Меню на 20 июля 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Молочная Геркулесовая каша	180	7,55	6,72	25,62	185,78	№47
	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
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68
Итого за завтрак:		528	10,92	10,67	68,39	401,56	
Обед	Свекольник	180	1,9	2,9	15,3	94,5	№33
	Жаркое по-домашнему	190	21,16	34,25	24,65	491,49	№55
	Салат из моркови	60	0,6	5	4,6	65,9	№ 15
	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
Итого за обед:		680	20,07	29,26	97,94	767,61	
Полдник	Булочка веснушка	50	3,47	3,32	26,54	149,85	№53а
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
Итого за полдник:		250	7,6	3,6	37,2	218,4	
	Каша манная молочная вязкая	200	6,53	7,03	38,78	244,92	№46а
	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
Итого за ужин:		490	22,66	22,55	65,68	540,82	
Итого за день:		1948	61,25	66,08	269,21	1918,39	