



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 20 сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Молочная Геркулесовая каша	180	6,33	8,90	25,49	207,38	№47
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Варен сгущ	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	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	9,26	12,85	63,5	404,92	
	Суп крестьянский с рисом	180	2,1	5,7	12,6	112,47	№37
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	3,64	3,53	23,55	140,73	№39
	Котлета куриная	80	11,5	13,3	6,5	179,32	№62
	Салат витаминный	60	0,6	5	1,4	53,3	№18a
	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:		700	21,45	35,05	95,91	779,11	
Полдник	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
Итого за полдник:		250	9,15	7,7	44,65	259,2	
	Сырники из творога запеченные	160	28,67	7,48	39,59	340,36	№13
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№11a
	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	0,12	0	12,4	48,64	№6
Итого за ужин:		470	17,41	37,18	79,62	737,8	
Итого за день:		1948	55,85	80,73	280,06	2181,03	