



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №15
Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 21 июня 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
	Масло (порциями)	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,4	48,64	№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	
	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	9,43	10,66	6,42	159,32	№62
	Салат витаминный	60	0,6	5	1,4	53,3	№18а
	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	19,43	33,03	108,24	769,11	
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	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	№11а
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№3
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8а