



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №15
Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 21 августа 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	0,12	0	12,4	48,64	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46,0	№68
Итого за завтрак:		528	10,52	10,67	57,39	401,56	
Обед	Свекольник	180	1,9	2,9	15,3	94,5	№33
	Котлета из говядины	80	12,6	11,72	5,74	176,75	№58
	Пюре картофельное	130	2,13	4,04	15,53	106,97	№23
	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
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	9,07	9,72	34,74	262,65	
	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	0,12	0	12,4	48,64	№6
Итого за ужин:		470	9,74	14,73	65,91	450,0	
Итого за день:		1928	49,8	64,38	266,98	1881,82	