



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 21 сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная гречневая	180	7,94	8,21	35,13	246,17	№ 43
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,77	2	14,42	28,30	№1
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46,0	№68
Итого за завтрак:		528	11,62	11,08	81,23	332,65	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	1,87	3,11	10,89	79,5	№31
	Каша пшеничная с маслом	130	6,18	3,55	24,58	155,22	№38
	Тефтели из говядины с рисом	80	13,49	17,5	11,58	257,72	№61
	Салат из моркови	60	0,6	5	4,6	65,9	№ 15
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Компот из сухофруктов	180	0,56	0,00	27,89	113,79	№ 9
Итого за обед:		700	25,75	36,86	103,51	851,63	
Полдник	Булочка домашняя (промышленная)	50	3,29	7,07	27,67	171,58	№53
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	112,8	№64
Итого за полдник:		250	8,89	13,47	35,87	284,38	
Ужин	Омлет натуральный	65	5,8	9	1,5	109,5	№22
	Зеленый горошек (консер)	60	1,4	0	3,9	21,8	№24
	Каша гречневая с маслом	100	5,7	4,8	27,4	180,2	№42
	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:		470	11,81	16,9	74,93	504,08	
Итого за день:		1948	58,07	78,31	295,54	1972,74	