



Заведующий МБ ДОУ №15

Щестернина О.В.

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

**Меню на 21 декабря 2023 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша молочная гречневая	200	7,94	8,21	35,13	246,17	№ 43
	Батон нарезной	40	3	1,2	20	100	№1
	Масло (порциями)	8	0,08	5,8	0,112	52,96	№1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
<b>Второй завтрак</b>	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>10,26</b>	<b>15,71</b>	<b>82,59</b>	<b>525,77</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник	180	4,2	9,04	25,90	119,68	№35
	Жаркое по-домашнему	190	21,16	34,25	24,65	491,49	№55
	Салат из квашенной капусты	60	0,80	5,0	1,79	55,3	№18
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№ 3
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	27,89	113,79	№ 9
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>31,91</b>	<b>49,68</b>	<b>112,3</b>	<b>951,96</b>	
<b>Полдник</b>	Плюшка сахарная	50	4,4	10,7	42,0	228,2	№54
	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	106	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>6,2</b>	<b>10,7</b>	<b>84,2</b>	<b>394,8</b>	
	Молочная Геркулесовая каша	200	10,83	10,53	33,16	168,91	№47
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№ 3
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>16,65</b>	<b>11,92</b>	<b>77,27</b>	<b>389,25</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>64,99</b>	<b>88,01</b>	<b>356,36</b>	<b>2261,78</b>	