

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



**Меню на 22 февраля 2023 г.  
(для детей от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная жидкая	180	3	4,9	18,1	180,6	№48
	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	0,16	0	6,16	25,58	№6
<b>Второй завтрак</b>	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>5,81</b>	<b>8,85</b>	<b>49,87</b>	<b>355,08</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник	200	2,52	5,28	16,10	122,96	№35
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	2,72	2,13	34,88	199,32	№39
	Котлета куриная	80	11,0	12,5	7,5	186	№62
	Салат из квашенной капусты	60	1,04	1,07	2,32	24,61	№18
	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	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
<b>Итого за обед:</b>		<b>730</b>	<b>19,14</b>	<b>28,87</b>	<b>79,21</b>	<b>617,98</b>	
<b>Полдник</b>	Печенье	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,72</b>	<b>3,6</b>	<b>37,2</b>	<b>218,4</b>	
<b>Ужин</b>	Омлет натуральный	65	5,8	9	1,5	109,5	№22
	Зеленый горошек (консер)	60	5,12	6,25	2,50	86,73	№24
	Каша гречневая рассыпчатая	80	4,7	3,9	22	144,2	№42
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>23,52</b>	<b>31,89</b>	<b>82,7</b>	<b>715,64</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1978</b>	<b>58,19</b>	<b>73,21</b>	<b>248,98</b>	<b>1907,1</b>	