



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 22 сентября 2023г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша рисовая молочная жидкая	180	5,12	6,62	32,61	210,13	№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
	Сыр «Российский»	10	3,5	4,5	0	55,6	№20
	Чай с сахаром	200	0,16	0	6,16	25,58	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
Итого за завтрак:		538	11,59	15,07	64,38	440,21	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,26	2,29	17,41	99,27	№36
	Овощное рагу с мясом	190	4,84	14,87	29,59	238,99	№55a
	Салат из свежих огурцов	40	0,66	3,0	2,4	44,0	№17
	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	11,17	29,96	100,91	687,55	
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	3,2	2,0	50,2	238,4	
	Рыба тушеная с овощами	120	12,43	6,87	6,41	137,21	№69
	Каша пшеничная рассыпчатая	130	4,38	4,28	26,09	160,77	№41a
	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:		495	11,74	31,51	52,14	524,35	
Итого за день:		1963	37,7	78,54	266,63	1890,51	