



Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад комбинированного вида №15**

**Меню на 23 ноября 2023 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша молочная гречневая	180	7,94	8,21	35,13	246,17	№ 43
	Батон нарезной	40	1,72	1,3	25,5	131	№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>528</b>	<b>10,91</b>	<b>12,16</b>	<b>66,9</b>	<b>420,65</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>700</b>	<b>25,28</b>	<b>30,33</b>	<b>93,57</b>	<b>738,67</b>	
<b>Полдник</b>	Плюшка сахарная	50	4,4	10,7	42,0	228,2	№54
	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
<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>9,54</b>	<b>16,6</b>	<b>55,62</b>	<b>412,46</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>51,93</b>	<b>69,79</b>	<b>300,29</b>	<b>1966,58</b>	