

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15



**Меню на 27 апреля 2023 г. **

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	180	7,55	6,72	25,62	185,78	№47
	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
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68
Итого за завтрак:		528	10,92	10,67	68,39	401,56	
Обед	Суп крестьянский с крупой	180	3,4	7,08	17,62	149,02	№29
	Каша пшеничная с маслом	130	4,43	2,22	24,51	129,6	№58
	Гуляш из говядины	90	13,7	11,6	2,8	270,6	№60
	Солёный огурец	60	0,54	3,07	1,67	37,57	№67
	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	0,05	0,00	10,44	39,74	№ 9
Итого за обед:		700	24,41	30,8	95,02	739,11	
Полдник	Булочка домашняя	50	4,4	10,7	42,0	228,2	№53
	Кефир	200	5,4	1,8	7,2	72	№64
Итого за полдник:		250	8	7,7	36	246,8	
	Творожная ватрушка с повидлом	160/10	25,4	8,3	36,3	320,6	№14
	Соус сметанный	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№ 11а
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 3
	Хлеб ржаной	30	0,6	0,15	9,35	43,5	№2
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8
Итого за ужин:		470	24,08	30,83	85,62	757,26	
Итого за день:		1948	59,41	80	288,03	2144,73	