

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15



Меню на 28 апреля 2023 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Яйцо отварное	40	6,62	5,64	0,34	76,93	№21
	Зеленый горошек (консер)	60	3,12	3,18	10,13	80,27	№24
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5,82	3,62	35,7	180	№42
	Батон нарезной	40	2,25	0,87	15,42	78,60	№1
	Масло (порциями)	8	0,06	3,08	0,09	28,30	№1
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	195,71	№8
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,00	№65
Итого за завтрак:		578	23,22	21,43	104,51	681,81	
	Суп крестьянский с крупой (пшеничный)	180	3,4	7,08	17,62	149,02	№37
	Тефтели из говядины	60	8,9	10,5	5,8	153,7	№58
	Пюре картофельное	130	1,9	2,7	15,4	93,3	№23
	Салат из свеклы	60	0,70	5,04	4,61	66,65	№54
	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
Итого за обед:		680	17,2	24,26	75,34	590,12	
Полдник	Булочка домашняя	50	4,4	10,7	42,0	228,2	№53
	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
Итого за полдник:		250	6,2	10,7	84,2	394,8	
	Каша молочная «Дружба»	200	9,29	10,01	22,71	218	№44
	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:		470	12,5	17,71	52,84	423,08	
Итого за день:		1978	59,12	74,1	316,89	2089,81	