



Звездочка МБДОУ №15

Шестергина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 07 февраля 2024 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	7,23	6,67	39,54	246,87	№51
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№1
	Варенная сгущенка	8	0,56	0,58	4,43	25,6	№16
	Чай с сахаром	200	0,	0	6,15	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
Итого за завтрак:		548	100,3	9,05	91,36	499,11	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	1,7	5,57	11,0	101,22	№37
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,56	4,70	39,0	228,63	№42
	Курица в томатном соусе	80	23,62	28,60	3,73	365,38	№63
	Салат из квашеной капусты	60	0,84	6,04	5,53	80,0	№18
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№3
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	27,89	113,79	№9
Итого за обед:		710	40,3	51,33	66,41	1086,48	
Полдник	Печенье овсяное	50	2,6	5,9	28,3	174,8	№4
	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
Итого за полдник:		250	4,4	5,9	71,0	341,04	
	Вареники ленивые из творога	180	32,4	21,6	29,16	309,6	№11
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№11a
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94	№3
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	№2
	Чай с сахаром	200	0,	0	6,15	48,64	№6
Итого за ужин:		470	19,39	25,79	59,06	698,06	
Итого за день:		1958	71,55	93,85	238,32	2210,95	