



Заведующий МБДОУ №15  
Шестернина О.В.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида №15**

**Меню на 11 января 2024 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	5,8	5,81	19,99	155	№45
	Батон нарезной	40	3	1,2	20	100	№1
	Масло (порциями)	8	0,08	5,8	0,12	52,96	№1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68а
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>5,08</b>	<b>9,39</b>	<b>33,14</b>	<b>415,17</b>	
Обед	Суп крестьянский ячневой крупой	180	2,1	5,7	12,6	112,47	№37а
	Рыба с овощами	80	13,98	12,50	7,44	186,18	№58а
	Пюре картофельное	130	4,09	4,69	18,14	121,64	№23
	Салат из свеклы	60	0,70	5,04	4,61	66,64	№19
	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	0,03	0,00	27,89	113,79	№9
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>28,71</b>	<b>27,98</b>	<b>109,19</b>	<b>806,3</b>	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	4,6	3,9	28,9	169	№213
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>10,4</b>	<b>8,9</b>	<b>36,9</b>	<b>275</b>	
Ужин	Каша молочная «Дружба»	200	6,65	7,54	28,15	206,67	№44
	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	0,12	0	12,04	48,64	№6
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>12,47</b>	<b>9,03</b>	<b>72,26</b>	<b>427,01</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1928</b>	<b>56,66</b>	<b>55,3</b>	<b>251,44</b>	<b>1923,48</b>	