



Заведующий МБ ДОУ №15
Шестерина О.В

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

Меню на 11 марта 2024 г

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | 210,13 | №48 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,8 | 1,2 | 20,2 | 101,6 | №1 |
| | Варенная сгущенка | 8 | 0,56 | 0,68 | 4,48 | 25,6 | №16 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0 | 12,04 | 48,64 | №6 |
| Второй завтрак | Сок яблочный | 100 | 0,1 | 0 | 11,1 | 46,0 | №68a |
| Итого за завтрак: | | 548 | 8,7 | 8,5 | 62,43 | 431,97 | |
| Обед | Суп гороховый | 180 | 1,87 | 3,1 | 10,89 | 79,8 | №32 |
| | Макароны отварные с маслом | 130 | 4,78 | 4,58 | 30,6 | 183,0 | №39 |
| | Печень по-строгановски | 90 | 9,61 | 10,54 | 5,16 | 159,07 | №57 |
| | Салат витаминный | 60 | 0,68 | 6,08 | 6,92 | 85,16 | №18a |
| | 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 | 22,69 | 25,69 | 113,53 | 792,52 | |
| Полдник | Печенье овсяное | 50 | 2,6 | 5,9 | 28,8 | 174,8 | №4 |
| | Какао на молоке | 200 | 4,85 | 5,04 | 32,73 | 196,71 | №8 |
| Итого за полдник: | | 250 | 7,45 | 10,94 | 61,52 | 371,51 | |
| Ужин | Сырники из творога запеченные | 160 | 29,76 | 5,76 | 29,12 | 292,8 | №13 |
| | 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 и лимоном | 200 | 0,07 | 0 | 15,31 | 61,62 | № 7 |
| Итого за ужин: | | 470 | 36,58 | 20,07 | 69,95 | 643,66 | |
| Итого за день: | | 1978 | 75,42 | 65,2 | 307,42 | 2138,69 | |