



Заведующий МБДОУ №15

Шестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 19 марта 2024 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	200	6,33	8,90	25,40	207,38	№47
	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,	0	6,16	48,64	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,1	0	11,1	46,0	№68a
Итого за завтрак:		548	9,79	10,78	67,34	429,22	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	1,87	3,1	10,89	79,8	№31
	Котлета из говядины	80	10,68	11,72	5,74	176,75	№58
	Пюре картофельное	130	5,53	10,50	40,38	278,12	№23
	Салат из моркови	60	0,57	5,04	5,19	68,40	№ 15
	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:		700	24,4	31,75	122,16	888,56	
Полдник	Пряник	50	2,64	2,7	34,74	172,0	№5
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106	№64
Итого за полдник:		250	8,44	7,7	42,74	278	
	Макароны отварные с маслом	130	4,78	4,58	30,6	183,0	№39
	Икра кабачковая (консер))	60	0,72	2,82	4,63	46,80	№25
	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:		460	11,2	8,79	73,46	450,14	
Итого за день:		1958	53,83	59,02	295,7	2045,92	