



Заведующий МБДОУ №15

Шестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 21 марта 2024 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	5,58	6,12	19,73	158,08	№45
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№1
	Масло (порциями)	8	0,048	6,6	0,64	59,84	№1
	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	8,96	13,92	57,83	414,16	
Обед	Суп крестьянский ячневой крупой	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№37a
	Тефтели из говядины	80	12,85	14,60	8,74	217,83	№58a
	Каша пшеничная с маслом	130	8,0	4,6	32,0	200,8	№38
	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	0,05	0,00	27,89	113,79	№ 9
Итого за обед:		700	29,0	31,2	116,41	872,08	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3,49	2,92	21,73	127,29	№14 б
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106	№64
Итого за полдник:		250	9,29	7,92	29,73	233,29	
Ужин	Каша молочная «Дружба»	200	6,65	8,33	35,09	241,11	№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 и лимоном	200	0,07	0	15,31	61,62	№ 7
Итого за ужин:		470	12,35	9,72	73,27	461,45	
Итого за день:		1968	59,6	62,76	277,24	1980,98	