



Заведующий МБДОУ №15

Шестернина О.В.

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

Меню на 23 января 2024 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	200	10,83	10,53	33,16	168,91	№47
	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	0,12	0	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,9	0	21,1	83,3	№68а
Итого за завтрак:		548	13,23	12,61	85,28	457,45	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	1,87	3,11	10,89	79,5	№31
	Котлета из говядины	80	14,4	16,0	7,2	176,75	№58
	Пюре картофельное	130	4,09	4,69	18,4	121,64	№23
	Салат из моркови	60	0,6	5	4,5	65,9	№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	26,71	30,19	100,79	792,28	
Полдник	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106	№64
Итого за полдник:		250	8,0	6,8	38,0	252,4	
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,6	4,2	36,0	204,3	№39
	Икра кабачковая (консерв)	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	200	0,12	0	12,04	48,64	№6
Итого за ужин:		460	9,26	9,34	83,12	466,46	
Итого за день:		1938	57,2	58,94	307,59	1968,59	