



Заведующий МБДОУ №15

Шестерина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 31 января 2024 г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	200	6,78	7,76	25,99	191,92	№48
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№1
	Варенная сгущенка	8	0,56	0,68	4,48	25,6	№1б
	Чай с сахаром	200	0,	0	6,16	48,64	№6
Второй завтрак	Яблоки	100	0,9	0	21,1	83,3	№68а
Итого за завтрак:		548	10,08	9,74	89,11	480,46	
Обед	Суп картофельный с клецками	180	9,54	1,8	9,9	93,24	№34
	Плов из куриного мяса	180	31,84	38,80	35,14	639,51	№56а
	Зеленый горошек (консерв)	60	1,56	1,64	4,3	38,9	№24
	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:		670	47,0	46,26	144,28	1214,65	
Полдник	Пряник	50	2,2	1,8	30	146,4	№5
	Сок яблочный	200	1,8	0	42,2	166,6	№68
Итого за полдник:		250	7,6	3,6	37,2	252,4	
Ужин	Творожно- манная запеканка	180	21,96	12,06	31,86	321,84	№12
	Соус молочный на сгущ.молоке	40	0,42	1,47	1,74	22,23	№11а
	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,	0	6,16	48,64	№6
Итого за ужин:		470	32,85	21,28	50,97	584,8	
Итого за день:		1938	97,53	80,88	331,46	2218,1	