



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
О.В.Шестернина

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

**Меню на 01.07.2025
(от 3- 7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич е ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная геркулесовая каша	200	5,92	6,0	18,0	149,0	№101
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0	№ 1
	Чай с сахаром	200	0,6	0,02	9,99	40,0	№ 411
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	№403
Итого за завтрак:		540	9,37	13,97	52,41	372,0	
Обед	Суп картофельный с крупой (рисовый)	200	1,58	2,19	11,66	72,6	№ 86
	Картофель отварной	130	5,66	4,51	26,44	168,45	№336
	Курица в соусе томатном	120	33,74	41,90	5,32	522,68	№ 123
	Салат из свежих огурцов	60	0,45	3,65	1,42	40,4	№13
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	№509
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,018	25,0	101,7	№ 394
Итого за обед:		755	46,62	52,99	97,51	1043,33	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Пряник	50	3,24	4,1	34,15	186,5	№431
Итого за полдник:		250	4,24	4,1	58,59	271,0	
Ужин	Макароны отварные с сыром	200	11,17	10,28	31,78	264,0	№ 220
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,0	№227
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	№509
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		505	21,18	15,6	69,93	505,5	
Итого за день:		2050	61,99	50,26	306,12	2191,83	