



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

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

**Меню на 10.07.2025
(от 3- 7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная пшеничная каша	200	7,44	8,07	35,28	243,92	№63
	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	10,89	16,04	55,07	466,92	
Обед	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	1,75	22,74	11,43	73,2	№86
	Курица в соусе томатном	120	33,74	41,90	5,32	522,68	№ 123
	Каша рассыпчатая гречневая	130	8,60	6,09	38,64	243,7	№ 330
	Салат из свежих помидор с луком	60	0,68	3,69	2,08	47,46	№ 14
	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:		675	47,11	69,93	102,86	1034,91	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179,0	№452
Итого за полдник:		250	4,64	6,26	47,16	263,5	
Ужин	Суп молочный с крупой (геркулес)	200	5,92	6,0	18,0	149,0	№ 101
	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:		465	10,85	6,72	55,87	327,5	
Итого за день:		1930	73,49	98,95	260,96	2092,83	