



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №15

Меню на 10.09.2025
(от 3- 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшено)	180	6,0	5,48	18,1	146,8	№ 101
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0	№ 1
	Чай с сахаром	180	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:	500	18,9	13,45	52,51	369,8	
Обед	Суп фасолевый	180	5,80	0,69	14,22	104,8	№93
	Котлеты из говядины	70	12,44	9,24	12,56	183,0	№299
	Каша рассыпчатая гречневая	130	8,60	6,09	38,64	243,7	№ 330
	Салат из моркови	50	0,75	0,057	7,0	31,38	№42
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	№509
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,018	25,0	101,7	№ 394
Итого за обед:		670	32,8	16,80	125,09	802,08	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,0	№ 200
	Зефир	50	0,40	0,05	39,9	163,0	№ 510
Итого за полдник:		250	6,2	5,05	47,9	263,0	
Ужин	Пудинг из творога (запеченный)	170	24,22	17,21	38,93	408,0	№ 249
	Соус сметанный	30	0,8	6,7	2,49	73,4	№385
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,0	52,5	№509
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		450	27,97	22,96	63,36	659,9	
Итого за день:		1870	85,88	58,26	288,77	2093,9	