



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

**Меню на 19.09.2025
(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	180	7,44	8,07	35,28	243,92	№63
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,0	№ 3
	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:		520	13,24	14,0	57,53	409,2	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,15	2,27	13,72	83,8	№ 88
	Жаркое по-домашнему	160	27,53	7,47	21,95	265,0	№ 292
	Закуска из сельди	25	4,25	2,13	-	36,0	№ 8
	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:		580	39,1	26,41	103,69	783,26	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,0	№ 200
	Печенье сахарное	50	3,7	6,5	34,5	239,0	№ 433
Итого за полдник:		250	9,0	19,5	36,5	360,0	
Ужин	Омлет натуральный	130	11,64	18,06	3,05	221,3	№75
	Салат из белокочанной капусты	50	0,85	3,04	5,4	52,0	№21
	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	200	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		450	17,42	21,82	46,32	451,8	
Итого за день:		1800	78,76	81,73	572,54	2004,26	