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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №15

Меню на 20 июня 2025г
(от 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с крупой (ячневый)	200	5,56	5,12	18,35	142,2	№ 101
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,0	№ 3
	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:		**565**	**13,12**	**18,37**	**59,39**	**457,2**	
Обед	Рассольник Ленинградский	200	1,68	4,09	13,27	96,6	№82
	Плов из говядины	200	24,32	20,68	33,71	418,42	№ 115
	Салат из квашеной капусты	60	0,96	6,0	2,15	66,36	№6
	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:		**685**	**34,52**	**32,40**	**102,06**	**737,57**	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,0	№ 200
	Печенье Слоеные ушки	50	3,2	14,5	28,5	260,0	№ 432
Итого за полдник:		**250**	**9,0**	**19,5**	**36,5**	**360,0**	№44
Ужин	Омлет натуральный	130	11,64	18,06	3,05	221,3	№75
	Икра кабачковая	60	0,85	3,65	5,01	56,34	№ 34
	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:		**455**	**19,01**	**24,34**	**46,28**	**492,89**	
Итого за день:		**1955**	**75,65**	**94,61**	**244,23**	**2047,66**	