



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

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

**Меню на 21.07.2025
(от 3- 7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход б.люда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневый)	200	6,0	5,5	17,0	142,0	№ 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:		560	13,68	14,37	56,18	409,0	
Обед	Суп картофельный с бобовыми(гороховый)	200	4,1	4,23	13,0	106,6	№87
	Котлета рыбная	80	10,64	3,76	7,67	107,0	№ 271
	Каша рассыпчатая пшеничная	130	6,31	4,50	37,65	221,25	№ 330
	Икра кабачковая	60	0,72	2,82	4,62	47,0	№57
	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:		715	26,98	160,28	115,61	720,85	
Полдник	Какао на молоке	200	4,08	3,55	17,56	119,0	№ 416
	Пряник	50	3,24	4,1	34,15	186,5	№431
Итого за полдник:		250	7,32	7,65	51,71	305,5	
	Ленивые вареники	170	22,24	15,54	23,0	327,0	№ 244
	Соус сметанный	50	0,8	6,7	2,49	73,4	№385
	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	26,85	12,66	85,03	586,22	
Итого за день:		1990	74,83	194,96	364,71	2021,57	