



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад  
комбинированного вида №15

Меню на 24.09.2025  
(от 3- 7 лет)

| Прием<br>пищи     | Наименование<br>блюда            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества<br>(г) |       |        | Энергетиче<br>ская<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|-------------------|----------------------------------|----------------|-------------------------|-------|--------|------------------------------------------|----------------|
|                   |                                  |                | Б                       | Ж     | У      |                                          |                |
| Завтрак           | Суп молочный с крупой<br>(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<br>завтрак | Свежее яблоко                    | 100            | 0,4                     | 0,4   | 9,8    | 44,0                                     | №403           |
| Итого за завтрак: |                                  | 500            | 9,45                    | 13,45 | 52,51  | 366,8                                    |                |
| Обед              | Суп фасолевый                    | 180            | 5,80                    | 0,69  | 14,22  | 104,8                                    | №93            |
|                   | Котлеты рубленая из<br>говядины  | 70             | 12,44                   | 9,24  | 12,56  | 183,0                                    | №299           |
|                   | Каша рассыпчатая<br>гречневая    | 130            | 8,60                    | 6,09  | 38,64  | 243,7                                    | № 330          |
|                   | Салат из моркови                 | 50             | 0,62                    | 0,048 | 5,80   | 26,15                                    | №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            | 32,34                   | 16,80 | 122,21 | 788,15                                   |                |
| Полдник           | Кефир                            | 200            | 5,8                     | 5,0   | 8,0    | 100,0                                    | № 420          |
|                   | Зефир                            | 50             | 0,40                    | 0,05  | 39,9   | 163,0                                    | № 510          |
| Итого за полдник: |                                  | 250            | 6,2                     | 5,05  | 47,9   | 263,0                                    |                |
| Ужин              | Омлет натуральный                | 130            | 11,64                   | 18,06 | 3,05   | 221,3                                    | №75            |
|                   | Икра кабачковая                  | 60             | 0,48                    | 1,89  | 3,08   | 31,0                                     | №57            |
|                   | Хлеб пшеничный                   | 40             | 3,16                    | 0,4   | 19,32  | 94,0                                     | №508           |
|                   | Хлеб ржаной                      | 30             | 1,98                    | 0,36  | 10,0   | 52,2                                     | №509           |
|                   | Чай с сахаром и лимоном          | 200            | 0,12                    | 0,02  | 10,20  | 41,0                                     | № 412          |
| Итого за ужин:    |                                  | 460            | 17,38                   | 20,73 | 45,65  | 439,5                                    |                |
| Итого за день:    |                                  | 1880           | 65,37                   | 56,03 | 268,27 | 1857,45                                  |                |