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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 15

МЕНЮ НА 09.10.2026г.
(от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход бёлюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневый)	180	5,38	5,0	15,34	128,0	№ 101
	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	44,0	№403
Итого за завтрак:		**520**	**59,43**	**13,57**	**56,18**	**395,0**	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,15	2,27	13,72	83,8	№ 88
	Жаркое по-домашнему	200	25,0	6,79	20,0	240,0	№ 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:		**645**	**362,8**	**11,85**	**84,72**	**590,3**	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,0	№ 420
	Печенье овсяное	50	31,0	9,05	33,0	225,0	№430
Итого за полдник:		**250**	**36,8**	**14,05**	**43,0**	**325,0**	
Ужин	Омлет натуральный	130	11,64	18,06	3,05	221,3	№75
	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	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:		**450**	**17,6**	**21,36**	**46,89**	**451,5**	
Итого за день:		**1865**	**476,63**	**63,49**	**273,71**	**1761,8**	