



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 15

**МЕНЮ НА 24.03.2026г.**  
**(от 3-х до 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>(ячневый) | 180            | 5,56                    | 5,12  | 18,35  | 142,2                                     | № 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            | 9,37                    | 13,97 | 52,41  | 362,2                                     |                |
| Обед              | Суп картофельный с<br>клецками     | 180            | 1,67                    | 2,69  | 9,71   | 69,8                                      | № 91           |
|                   | Плов из птицы                      | 200            | 17,41                   | 16,0  | 29,0   | 328,0                                     | № 321          |
|                   | Салат из квашеной капусты          | 50             | 0,96                    | 6,0   | 2,15   | 66,36                                     | №6             |
|                   | 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            | 24,02                   | 25,34 | 91,86  | 694,66                                    |                |
| Полдник           | Сок яблочный                       | 200            | 1,0                     | -     | 20,2   | 84,5                                      | № 418          |
|                   | Печенье овсяное                    | 50             | 31,0                    | 9,05  | 33,0   | 225,0                                     | №430           |
| Итого за полдник: |                                    | 250            | 32,0                    | 9,05  | 53,2   | 309,5                                     |                |
| Ужин              | Винегрет овощной                   | 160            | 2,18                    | 10,0  | 13,5   | 151,7                                     | №46            |
|                   | Яйцо отварное                      | 40             | 5,08                    | 4,60  | 0,28   | 63,0                                      | №227           |
|                   | 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            | 15,56                   | 8,93  | 72,86  | 455,0                                     |                |
| Итого за день:    |                                    | 1880           | 58,3                    | 57,29 | 270,33 | 1821,36                                   |                |