



Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Нестернина О.В

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

**Меню на 04 июля 2024 г**

| Прием пищи               | Наименование блюда                 | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
|                          |                                    |             | Б                    | Ж            | У             |                                |             |
| Завтрак                  | Молочная Геркулесовая каша         | 200         | 10,0                 | 15,7         |               | 207,38                         | №47         |
|                          | Батон нарезной                     | 40          | 2,8                  | 1,2          | 20,2          | 101,6                          | №1          |
|                          | Масло (порциями)                   | 8           | 0,048                | 6,6          | 0,64          | 59,84                          | №1          |
|                          | Чай с сахаром                      | 200         | 0,12                 | 0            | 12,4          | 48,64                          | №6          |
| Второй завтрак           | Свежее яблоко                      | 100         | 0,4                  | 0,4          | 9,8           | 47,00                          | №65         |
| <b>Итого за завтрак:</b> |                                    | <b>528</b>  | <b>10,52</b>         | <b>10,67</b> | <b>57,39</b>  | <b>401,56</b>                  |             |
| Обед                     | Суп крестьянский с крупой (гречка) | 180         | 1,7                  | 5,57         | 11,10         | 101,22                         | №29         |
|                          | Жаркое по-домашнему                | 190         | 21,16                | 34,25        | 24,65         | 491,49                         | №55         |
|                          | Салат из моркови                   | 60          | 0,57                 | 5,04         | 5,19          | 68,40                          | № 15        |
|                          | Хлеб пшеничный                     | 40          | 3,15                 | 0,4          | 19,32         | 94                             | № 3         |
|                          | Хлеб ржаной                        | 30          | 2,55                 | 0,99         | 12,75         | 77,7                           | №2          |
|                          | Компот из сухофруктов              | 180         | 0,05                 | 0,00         | 27,89         | 113,79                         | № 9         |
| <b>Итого за обед:</b>    |                                    | <b>680</b>  | <b>20,07</b>         | <b>29,26</b> | <b>97,94</b>  | <b>767,61</b>                  |             |
| Полдник                  | Пирожок с повидлом                 | 50          | 3,49                 | 2,92         | 21,73         | 127,29                         | №146        |
|                          | Сок яблочный                       | 200         | 0,2                  | 0            | 22,4          | 92,0                           | №68         |
| <b>Итого за полдник:</b> |                                    | <b>250</b>  | <b>9,07</b>          | <b>9,72</b>  | <b>34,74</b>  | <b>262,65</b>                  |             |
| Ужин                     | Каша молочная пшеничная            | 200         | 7,44                 | 8,07         | 35,28         | 243,92                         | №49         |
|                          | Хлеб пшеничный                     | 40          | 3,15                 | 0,4          | 19,32         | 94                             | № 3         |
|                          | Хлеб ржаной                        | 30          | 2,55                 | 0,99         | 12,75         | 77,7                           | №2          |
|                          | Чай с сахаром и лимоном            | 200         | 0,07                 | 0            | 15,31         | 61,62                          | № 7         |
| <b>Итого за ужин:</b>    |                                    | <b>470</b>  | <b>9,74</b>          | <b>14,73</b> | <b>65,91</b>  | <b>450,0</b>                   |             |
| <b>Итого за день:</b>    |                                    | <b>1928</b> | <b>49,8</b>          | <b>64,38</b> | <b>266,98</b> | <b>1881,82</b>                 |             |