



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад комбинированного вида №15**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,12	6,62	32,61	210,13	№48
	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	12,04	48,64	№6
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,1	0	11,1	46,0	№68а
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>8,7</b>	<b>8,5</b>	<b>62,43</b>	<b>431,97</b>	
Обед	Суп гороховый	180	1,87	3,1	10,89	79,8	№32
	Макароны отварные с маслом	130	4,78	4,58	30,6	183,0	№39
	Печень по-строгановски	90	9,61	10,54	5,16	159,07	№57
	Салат витаминный	60	0,68	6,08	6,92	85,16	№18а
	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>710</b>	<b>22,69</b>	<b>25,69</b>	<b>113,53</b>	<b>792,52</b>	
Полдник	Печенье овсяное	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Какао на молоке	200	4,85	5,04	32,73	196,71	№8
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>7,45</b>	<b>10,94</b>	<b>61,52</b>	<b>371,51</b>	
Ужин	Сырники из творога запеченные	160	29,76	5,76	29,12	292,8	№13
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№ 11а
	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>36,58</b>	<b>20,07</b>	<b>69,95</b>	<b>643,66</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1978</b>	<b>75,42</b>	<b>65,2</b>	<b>307,42</b>	<b>2138,69</b>	