



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 ячневая молочная вязкая	200	7,23	6,67	39,54	246,87	№51
	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,	0	6,16	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>10,99</b>	<b>8,95</b>	<b>80,18</b>	<b>469,91</b>	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№37
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,56	4,70	39,0	228,63	№42
	Курица в томатном соусе	80	23,62	28,60	3,73	365,88	№63
	Салат из квашеной капусты	60	0,84	6,04	5,53	80,0	№18
	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>700</b>	<b>39,47</b>	<b>46,30</b>	<b>119,32</b>	<b>1061,22</b>	
Полдник	Печенье овсяное	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>2,8</b>	<b>5,9</b>	<b>51,2</b>	<b>266,8</b>	
	Вареники ленивые из творога	200	32,49	9,82	33,22	351,22	№11
	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>490</b>	<b>39,22</b>	<b>35,91</b>	<b>69,99</b>	<b>660,46</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1988</b>	<b>83,48</b>	<b>97,06</b>	<b>320,67</b>	<b>2158,39</b>	