



Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ №15
Истернина О.В

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

Меню на 10 июля 2024

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	200	6,33	8,90	25,40	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
Итого за завтрак:		528	9,26	12,85	63,5	404,92	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№37
	Каша гречневая с маслом	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 витаминный	60	0,57	5,07	5,77	70,97	№18a
	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
Итого за обед:		700	21,45	35,05	95,91	779,11	
Полдник	Печенье овсяное	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
Итого за полдник:		250	9,15	7,7	44,65	259,2	
Ужин	Сырники из творога запеченные	160	27,12	5,24	44,67	334,32	№13
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№11a
	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
Итого за ужин:		470	17,41	37,18	79,62	737,8	
Итого за день:		1948	55,85	80,73	280,06	2181,03	