



Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ №15
Нестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 12 июля 2024

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
	Сыр «Российский»	10	0,23	0,29	0	36,2	№20
	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:		538	11,59	15,07	64,38	440,21	
Обед	Суп крестьянский с крупой (пшеничный)	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№37
	Овощное рагу с мясом	190	10,58	17,12	12,32	345,7	№55а
	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:		680	11,17	29,96	100,91	687,55	
Полдник	Пряник	50	2,64	2,7	34,74	172,0	№5
	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
Итого за полдник:		250	3,2	2,0	50,2	238,4	
Ужин	Омлет натуральный	120	12,2	18,06	3,05	221,3	№226
	Зеленый горошек (консер)	60	1,56	1,64	4,3	38,9	№24
	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:		495	11,74	31,51	52,14	524,35	
Итого за день:		1963	37,7	78,54	266,63	1890,51	