



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		
	Каша молочная гречневая	200	7,94	8,21	35,13	246,17	№ 43
	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
<b>Второй завтрак</b>	Сок яблочный	100	0,1	0	11,1	46,0	№68a
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>11,62</b>	<b>11,08</b>	<b>81,23</b>	<b>332,65</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с бобовыми	180	1,87	3,1	10,89	79,8	№31
	Каша пшеничная с маслом	130	8,0	4,6	32,0	200,8	№38
	Тефтели из говядины с рисом	80	9,6	13,53	9,44	196,14	№61
	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>700</b>	<b>25,75</b>	<b>36,86</b>	<b>103,51</b>	<b>851,63</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка домашняя (промышленная)	50	3,29	7,07	27,67	171,58	№53
	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	106	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>8,89</b>	<b>13,47</b>	<b>35,87</b>	<b>284,38</b>	
<b>Ужин</b>	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
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>11,81</b>	<b>16,9</b>	<b>74,93</b>	<b>504,08</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>58,07</b>	<b>78,31</b>	<b>295,54</b>	<b>1972,74</b>	