



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Шестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 13 сентября 2024

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Молочная «Боярская каша» | 200 | 9,8 | 7,27 | 34,29 | 227,19 | №51а |
| | 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 | 12,64 | 48,64 | №6 |
| Второй завтрак | Свежее яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,00 | №65 |
| Итого за завтрак: | | 558 | 9,63 | 15,76 | 77,33 | 520,47 | |
| Обед | Суп крестьянский с крупой (гречка) | 180 | 1,7 | 5,57 | 11,10 | 101,22 | №29 |
| | Плов из говядины | 180 | 24,33 | 20,69 | 33,17 | 418,37 | №56 |
| | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 0,70 | 5,04 | 4,61 | 66,64 | №19 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,15 | 0,4 | 19,32 | 94 | №3 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 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: | | 650 | 32,48 | 32,89 | 108,84 | 871,72 | |
| Полдник | Булочка домашняя | 50 | 3,29 | 7,07 | 27,67 | 171,58 | №53 |
| | Кефир | 200 | 5,6 | 5,0 | 8,0 | 106 | №64 |
| Итого за полдник: | | 250 | 3,69 | 2,92 | 44,13 | 219,29 | |
| Ужин | Молочная пшеничная каша | 200 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 | №49 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,15 | 0,4 | 19,32 | 94 | №3 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 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 | 13,21 | 9,46 | 82,66 | 478,24 | |
| Итого за день: | | 1933 | 59,01 | 61,06 | 312,96 | 2089,72 | |