



Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ №15
Истернина О.В

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

Меню на 16 августа

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная «Боярская каша»	200	6,04	7,27	34,29	227,19	№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	Сок яблочный	100	0,1	0	11,1	46,0	№68a
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	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:		650	32,48	32,89	108,84	871,72	
Полдник	Пирожок с повидлом	50	3,49	2,92	21,73	127,29	№146
	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	106	№64
Итого за полдник:		250	3,69	2,92	44,13	219,29	
Ужин	Каша молочная пшеничная	200	7,44	8,07	35,28	243,92	№49
	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	13,21	9,46	82,66	478,24	
Итого за день:		1933	59,01	61,06	312,96	289,72	