



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15

Щестернина О.В.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад комбинированного вида №15**

Меню на 15 октября 2024г  
(до 3-х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная ячневая каша	180	6,50	6,0	35,58	222,18	№51
	Батон нарезной	30	2,1	0,9	15,6	76,2	№ 1
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Чай с сахаром	180	0,10	0	10,9	35,8	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,0	№63
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>495</b>	<b>8,76</b>	<b>9,98</b>	<b>72,27</b>	<b>404,48</b>	
Обед	Суп картофельный с рисом	150	1,4	4,64	9,25	58,3	№37
	Курица в соусе томатном	60	17,71	21,37	2,80	274,41	№63
	Каша гречневая с маслом	110	6,40	3,98	28,61	193,45	№42
	Салат из моркови	40	0,45	4,03	4,15	54,72	№15
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	№3
	Хлеб ржаной	20	0,66	1,7	9,66	51,8	№2
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,32	0,00	19,3	110,6	№9
<b>Итого за обед:</b>		<b>560</b>	<b>29,37</b>	<b>36,02</b>	<b>79,16</b>	<b>815,88</b>	
Полдник	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4	№64
	Печенье овсяное	25	1,3	2,9	14,4	87,4	№4
<b>Итого за полдник:</b>		<b>205</b>	<b>6,52</b>	<b>7,4</b>	<b>21,6</b>	<b>182,8</b>	
Ужин	Ленивые вареники	160	29,24	8,83	29,89	316,98	№11
	Соус сметанный	20	0,56	6,46	0,52	65,26	№11а
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	№3
	Хлеб ржаной	20	0,66	1,7	9,66	51,8	№2
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,063	0	13,77	55,45	№7
<b>Итого за ужин:</b>		<b>410</b>	<b>32,95</b>	<b>17,29</b>	<b>85,77</b>	<b>562,09</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1670</b>	<b>77,6</b>	<b>70,69</b>	<b>2588</b>	<b>1965,25</b>	