



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В

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

**Меню на 20 сентября 2024**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная рисовая каша	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	12,64	48,64	№6
Второй завтрак	Бананы	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>558</b>	<b>8,71</b>	<b>15,11</b>	<b>74,65</b>	<b>503,41</b>	
Обед	Свекольник	180	1,54	5,07	8,04	83,33	№33
	Каша пшеничная с маслом	130	8,0	4,6	32,0	200,6	№38
	Тефтели из говядины	80	9,6	13,53	9,44	196,14	№61
	Салат витаминный	60	0,57	5,07	5,77	70,97	№18a
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>28,98</b>	<b>30,66</b>	<b>111,74</b>	<b>842,45</b>	
Полдник	Пряник	50	2,64	2,7	34,74	172,0	№5
	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	106	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>2,84</b>	<b>2,7</b>	<b>57,14</b>	<b>264,0</b>	
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	25	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>490</b>	<b>19,53</b>	<b>21,09</b>	<b>54,73</b>	<b>494,52</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1978</b>	<b>60,06</b>	<b>68,96</b>	<b>298,26</b>	<b>2104,38</b>	