



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Щестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 20 ноября 2024г
(от 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная ячневая каша	200	6,50	6,0	35,58	222,18	№51
	Масло (порциями)	8	0,048	6,6	0,64	59,84	№1
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№ 1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,64	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,0	№63
Итого за завтрак:		548	9,96	13,8	79,16	474,26	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,1	2,06	15,66	89,34	№36
	Каша пшеничная с маслом	130	8,0	4,6	32,0	200,6	№38
	Ежики из куриного мяса (с рисом)	80	13,68	15,52	6,31	219,68	№62а
	Солёный помидор	60	0,66	0,06	0,96	9,6	№66
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94,0	№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:		695	29,79	27,14	110,33	816,58	
Полдник	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	1,6	№64
	Зефир	50	1,37	0,025	10,8	46,18	№5а
Итого за полдник:		250	6,97	5,025	18,8	47,78	№44
Ужин	Творожная ватрушка с повидлом	160	27,12	5,24	44,67	334,32	№14
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№11а
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94,0	№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:		465	34,01	19,55	694,65	698,16	
Итого за день:		1958	80,79	65,51	902,94	2036,78	