



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Щестернина О.В

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

**Меню на 21 ноября 2024г**  
**(от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная геркулесовая каша	200	10,0	15,7	22,94	207,38	№47
	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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>13,48</b>	<b>23,5</b>	<b>66,52</b>	<b>459,46</b>	
Обед	Суп картофельный с рисом	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№37
	Картофельное пюре	130	2,76	5,25	20,18	139,0	№23
	Гуляш из говядины	90	19,55	22,60	3,46	293,12	№59
	Соленый огурец	60	0,5	0,06	1,02	6,6	№67
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>705</b>	<b>30,66</b>	<b>31,36</b>	<b>100,28</b>	<b>813,55</b>	
Полдник	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
	Кекс детский	50	1,74	10,25	26,42	97,5	№5а
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>1,94</b>	<b>10,25</b>	<b>48,82</b>	<b>189,5</b>	
Ужин	Молочная гречневая каша	200	7,94	8,21	35,13	246,17	№43
	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
<b>Итого за ужин:</b>		<b>465</b>	<b>13,71</b>	<b>9,6</b>	<b>82,51</b>	<b>479,49</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1968</b>	<b>59,81</b>	<b>74,71</b>	<b>297,83</b>	<b>1932,0</b>	