



Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ №15

Истернина О.В

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

**Меню на 22 июля 2024**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная Геркулесовая каша	200	6,33	8,90	25,40	207,38	№47
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№1
	Масло (порциями)	8	0,048	6,6	0,64	59,84	№1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,4	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>528</b>	<b>9,26</b>	<b>12,85</b>	<b>63,5</b>	<b>404,92</b>	
Обед	Суп крестьянский с рисом	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№37
	Каша гречневая с маслом	130	7,56	4,70	39,0	228,63	№42
	Курица в томатном соусе	80	23,62	28,60	3,73	365,88	№63
	Салат витаминный	60	0,57	5,07	5,77	70,97	№18а
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>700</b>	<b>21,45</b>	<b>35,05</b>	<b>95,91</b>	<b>779,11</b>	
Полдник	Печенье овсяное	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>9,15</b>	<b>7,7</b>	<b>44,65</b>	<b>259,2</b>	
Ужин	Сырники из творога запеченные	160	27,12	5,24	44,67	334,32	№13
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№11а
	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
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>17,41</b>	<b>37,18</b>	<b>79,62</b>	<b>737,8</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>55,85</b>	<b>80,73</b>	<b>280,06</b>	<b>2181,03</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)	Энергетическая	№
------------	--------------------	-------------	----------------------	----------------	---