



Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Шестернина О.В

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

**Меню на 22 августа**

| Прием пищи               | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
|                          |                                       |             | Б                    | Ж            | У             |                                |             |
| Завтрак                  | Каша молочная гречневая               | 200         | 7,94                 | 8,21         | 35,13         | 246,17                         | № 43        |
|                          | 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>548</b>  | <b>11,09</b>         | <b>25,42</b> | <b>79,47</b>  | <b>456,25</b>                  |             |
| Обед                     | Суп крестьянский с крупой (пшеничный) | 180         | 1,7                  | 5,57         | 11,10         | 101,22                         | №37         |
|                          | Овощное рагу с мясом                  | 190         | 10,58                | 17,12        | 12,32         | 345,7                          | №55а        |
|                          | 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>18,03</b>         | <b>24,08</b> | <b>83,38</b>  | <b>732,51</b>                  |             |
| Полдник                  | Плюшка сахарная                       | 50          | 4,4                  | 10,7         | 42,0          | 228,2                          | №54         |
|                          | Сок яблочный                          | 100         | 0,1                  | 0            | 11,1          | 46,0                           | №68а        |
| <b>Итого за полдник:</b> |                                       | <b>250</b>  | <b>10,0</b>          | <b>15,7</b>  | <b>50,0</b>   | <b>334,2</b>                   |             |
| Ужин                     | Каша манная молочная вязкая           | 200         | 6,53                 | 7,03         | 38,78         | 244,92                         | №46         |
|                          | 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>470</b>  | <b>12,3</b>          | <b>8,42</b>  | <b>86,16</b>  | <b>478,24</b>                  |             |
| <b>Итого за день:</b>    |                                       | <b>1948</b> | <b>51,42</b>         | <b>73,62</b> | <b>299,01</b> | <b>2001,2</b>                  |             |