



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Щестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 22 октября 2024г
(до 3-х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная манная каша	180	5,87	6,32	34,90	220,42	№46
	Батон нарезной	30	2,1	0,9	15,6	76,2	№ 1
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,30	№6
	Чай с сахаром	180	0,10	0	10,9	35,8	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,0	№63
Итого за завтрак:		495	8,63	10,3	71,59	402,72	
Обед	Свекольник	150	1,25	3,80	6,03	69,57	№33
	Жаркое по домашнему	170	17,98	29,11	20,95	417,76	№55
	Салат из моркови	40	0,45	4,03	4,15	54,72	№15
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	№3
	Хлеб ржаной	20	0,66	1,7	9,66	51,8	№2
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,32	0,00	19,3	110,6	№9
Итого за обед:		560	31,72	38,94	113,67	777,05	
Полдник	Сок яблочный	180	0,18	0	20,0	82,8	№68
	Пряник	25	1,32	1,35	17,37	86,0	№5
Итого за полдник:		205	1,5	1,35	37,37	168,8	№44
Ужин	Омлет натуральный	120	12,2	18,06	3,05	221,3	№226
	Зеленый горошек	60	1,38	1,25	3,3	23,8	№24
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64	72,6	№3
	Хлеб ржаной	20	0,66	1,7	9,66	51,8	№2
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,063	0	13,77	55,45	№7
Итого за ужин:		410	16,73	21,31	44,42	424,95	
Итого за день:		1670	58,58	71,9	267,05	1773,52	