



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15

Шестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 23 сентября 2024

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|-------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Молочная манная каша | 200 | 6,53 | 7,03 | 38,78 | 244,92 | №46 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,8 | 1,2 | 20,2 | 101,6 | №1 |
| | Масло (порциями) | 8 | 0,048 | 6,6 | 0,64 | 59,84 | №1 |
| | Сыр «Российский» | 10 | 0,23 | 0,29 | 0 | 36,2 | №20 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0 | 12,64 | 48,64 | №6 |
| Второй завтрак | Свежее яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,00 | №65 |
| Итого за завтрак: | | 558 | 9,82 | 15,12 | 83,12 | 537,2 | |
| Обед | Суп гороховый | 180 | 1,87 | 3,1 | 10,89 | 79,8 | №32 |
| | Макароны отварные | 130 | 4,78 | 4,58 | 30,6 | 183,0 | №39 |
| | Печень по-строгановски | 90 | 9,61 | 10,54 | 5,16 | 159,07 | №57 |
| | Салат из свежих помидор | 60 | 0,3 | 5 | 2,1 | 54,6 | №16 |
| | 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 |
| Итого за обед: | | 710 | 22,51 | 25,0 | 108,66 | 763,36 | |
| Полдник | Печенье овсяное | 50 | 2,6 | 5,9 | 28,8 | 174,8 | №4 |
| | Какао на молоке | 200 | 4,85 | 5,04 | 32,73 | 196,71 | №8 |
| Итого за полдник: | | 250 | 8,19 | 12,28 | 38,18 | 330,58 | |
| 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 | №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: | | 490 | 29,36 | 21,44 | 108,83 | 757,29 | |
| Итого за день: | | 2008 | 69,88 | 73,84 | 338,79 | 2288,43 | |