



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Щестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 25 октября 2024г
(до 3-х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная ячневая каша	180	6,50	6,0	35,58	222,18	№51
	Батон нарезной	30	2,1	0,9	15,6	76,2	№ 1
	Сыр « Российский »	8	0,18	0,23	0	28,96	№20
	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:							
Обед	Суп крестьянский с крупой (пшеничный)	150	1,4	4,64	9,25	85,3	№37а
	Котлета из говядины	60	8,54	7,03	3,45	106,05	№58
	Макароны отварные с мясом	110	4,04	3,88	25,90	154,8	№39
	Соленый огурец	40	0,32	0,04	0,68	4,4	№67
	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:							
Полдник	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	95,4	№64
	Вафли	25	0,84	0,99	23,19	106,7	№4а
Итого за полдник:		250	9,1	13,5	37,1	291,6	№44
Ужин	Яйцо отварное	40	7,8	7,2	0,42	95,4	№21
	Салат из свеклы с зеленым горошком	130					№
	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:		400					
Итого за день:							