



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Нестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 26 июля 2024

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | 210,13 | №48 |
| | 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 | 12,4 | 48,64 | №6 |
| Второй завтрак | Свежее яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,00 | №65 |
| Итого за завтрак: | | 538 | 11,59 | 15,07 | 64,38 | 440,21 | |
| 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 | №55a |
| | 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 |
| Итого за обед: | | 680 | 11,17 | 29,96 | 100,91 | 687,55 | |
| Полдник | Пряник | 50 | 2,64 | 2,7 | 34,74 | 172,0 | №5 |
| | Сок яблочный | 200 | 0,2 | 0 | 22,4 | 92,0 | №68 |
| Итого за полдник: | | 250 | 3,2 | 2,0 | 50,2 | 238,4 | |
| Ужин | Омлет натуральный | 120 | 12,2 | 18,06 | 3,05 | 221,3 | №226 |
| | Зеленый горошек (консер) | 60 | 1,56 | 1,64 | 4,3 | 38,9 | №24 |
| | 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 |
| Итого за ужин: | | 495 | 11,74 | 31,51 | 52,14 | 524,35 | |
| Итого за день: | | 1963 | 37,7 | 78,54 | 266,63 | 1890,51 | |