



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Щестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 28 октября 2024г
(до 3-х лет)

| | | | | | | | |
|--------------------------|------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------|
| Завтрак | Молочная гречневая каша | 180 | 7,2 | 7,38 | 35,61 | 221,55 | №43 |
| | Масло (порциями) | 5 | 0,06 | 3,08 | 0,09 | 28,30 | №6 |
| | Сыр « Российский » | 8 | 0,18 | 0,23 | 0 | 28,96 | №20 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,10 | 0 | 10,9 | 35,8 | №6 |
| | Батон нарезной | 30 | 2,1 | 0,9 | 15,6 | 76,2 | № 1 |
| Второй завтрак | Свежее яблоко | 100 | 0,50 | 0 | 10,10 | 42,0 | №63 |
| Итого за завтрак: | | 503 | 10,14 | 11,59 | 72,3 | 432,81 | |
| Обед | Борщ с картофелем и капустой | 150 | 7,04 | 5,84 | 29,68 | 195,66 | №81 |
| | Котлета Рыбная | 60 | 6,2 | 3,6 | 24,6 | 154,5 | №94 |
| | Каша пшеничная с маслом | 110 | 0,54 | 3,07 | 1,67 | 37,57 | №19 |
| | Зеленый горошек | 40 | 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 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,32 | 0,00 | 19,3 | 110,6 | №9 |
| Итого за обед: | | 560 | 18,57 | 34,33 | 102,85 | 646,17 | |
| Полдник | Какао на молоке | 180 | 4,1 | 3,5 | 26,1 | 155,8 | №8 |
| | Вафли | 25 | 0,84 | 0,99 | 23,19 | 106,7 | №4a |
| Итого за полдник: | | 205 | 4,84 | 4,49 | 49,29 | 262,5 | |
| Ужин | Творожно- манная запеканка | 150 | 2,45 | 8,48 | 20,37 | 239,56 | №12 |
| | Соус сметанный | 20 | 0,56 | 6,46 | 0,52 | 65,26 | №11a |
| | 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 | 6,163 | 16,94 | 58,96 | 484,67 | |
| Итого за день: | | 1668 | 39,71 | 67,35 | 283,4 | 1826,15 | |