



Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Нестернина О.В

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**  
**детский сад комбинированного вида №15**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша молочная гречневая	200	7,94	8,21	35,13	246,17	№ 43
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№1
	Масло (порциями)	8	0,048	6,6	0,64	59,84	№1
	Чай с сахаром	200	0,	0	6,16	48,64	№6
<b>Второй завтрак</b>	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>11,62</b>	<b>16,41</b>	<b>71,93</b>	<b>503,25</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник	180	2,1	2,06	15,66	89,34	№35
	Жаркое по-домашнему	190	21,16	34,25	24,65	491,49	№55
	Салат из квашеной капусты	60	0,84	6,04	5,53	80,0	№18
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>680</b>	<b>29,85</b>	<b>42,75</b>	<b>105,8</b>	<b>946,32</b>	
<b>Полдник</b>	Плюшка сахарная	50	4,4	10,7	42,0	228,2	№54
	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	106	№64
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>6,2</b>	<b>10,7</b>	<b>50,0</b>	<b>324,2</b>	
	Молочная Геркулесовая каша	200	10,0	15,7		207,38	№47
	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
<b>Итого за ужин:</b>		<b>470</b>	<b>15,7</b>	<b>17,09</b>	<b>38,23</b>	<b>427,72</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1948</b>	<b>63,37</b>	<b>87,76</b>	<b>265,96</b>	<b>2201,49</b>	