



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Щестернина О.В

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

**Меню на 30 сентября 2024**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>	Молочная каша «Дружба»	200	6,65	7,64	28,15	206,67	№44
	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
<b>Второй завтрак</b>	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,00	№65
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>558</b>	<b>9,30</b>	<b>15,73</b>	<b>66,25</b>	<b>498,95</b>	
	Борщ из свежей капусты и картофелем	180	1,4	4,5	7,8	88,89	№30
	Котлеты рыбные	80	8,87	1,65	5,81	73,55	№69
	Каша пшеничная рассыпчатая	130	5,70	5,60	33,91	209,0	№42a
	Салат из моркови	60	0,57	5,04	5,19	68,40	№ 15
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>710</b>	<b>24,85</b>	<b>22,63</b>	<b>109,62</b>	<b>761,46</b>	
<b>Полдник</b>	Пряник	50	2,64	2,7	34,74	172,0	№5
	Молоко кипяченое	200	5,59	6,38	9,38	117,6	№ 10
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>8,23</b>	<b>11,78</b>	<b>44,12</b>	<b>289,6</b>	
	Сырники из творога	160	27,12	5,24	44,67	334,32	№13
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№ 11a
	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
<b>Итого за ужин:</b>		<b>510</b>	<b>39,38</b>	<b>24,13</b>	<b>83,2</b>	<b>715,06</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2028</b>	<b>81,76</b>	<b>74,27</b>	<b>303,19</b>	<b>2265,07</b>	