



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Щестернина О.В

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

**Меню на 30 октября 2024г  
(от 3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная ячневая каша	200	7,23	6,67	39,54	246,87	№51
	Масло (порциями)	8	0,048	6,6	0,64	59,84	№1
	Батон нарезной	40	2,8	1,2	20,2	101,6	№ 1
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,64	48,64	№6
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,50	0	10,10	42,0	№63
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>548</b>	<b>10,69</b>	<b>14,47</b>	<b>83,12</b>	<b>497,95</b>	
Обед	Суп картофельный с клецками	180	9,54	1,8	9,9	93,24	№34
	Курица в соусе томатном	80	23,62	28,60	3,73	365,88	№63
	Каша гречневая с маслом	130	7,56	4,60	39,0	228,63	№42
	Салат из моркови	60	0,57	5,04	5,19	68,40	№15
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94,0	№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>695</b>	<b>47,04</b>	<b>41,43</b>	<b>105,03</b>	<b>941,64</b>	
Полдник	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	1,6	№64
	Печенье овсяное	50	2,6	5,9	28,8	174,8	№4
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>8,2</b>	<b>10,9</b>	<b>36,8</b>	<b>176,4</b>	
Ужин	Ленивые вареники	160	32,49	9,82	33,22	351,22	№11
	Соус сметанный	40	1,12	12,92	2,6	130,52	№11а
	Хлеб пшеничный	40	3,15	0,4	19,32	94,0	№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>465</b>	<b>39,38</b>	<b>42,13</b>	<b>83,2</b>	<b>715,06</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1958</b>	<b>108,31</b>	<b>108,93</b>	<b>305,15</b>	<b>2329,0</b>	