



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Щестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 31 октября 2024г
(от 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная вермишелевая каша	200	5,58	6,12	19,73	158,08	№45
	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
Итого за завтрак:		548	9,048	13,92	63,31	410,16	
Обед	Суп крестьянский с крупой (гречневый)	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№29
	Картофельное пюре	130	2,76	5,25	20,18	139,0	№23
	Тефтели из говядины с рисом	80	9,6	13,53	9,44	196,14	№61
	Салат из квашенной капусты	60	0,80	5,0	1,79	55,3	№18
	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
Итого за обед:		695	20,61	30,74	102,47	777,15	
Полдник	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
	Пирожок с повидлом	50	3,49	2,29	21,73	127,29	№146
Итого за полдник:		250	3,69	2,29	41,13	219,29	
Ужин	Молочная каша «Дружба»	200	6,65	7,64	28,15	206,67	№44
	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
Итого за ужин:		445	12,42	9,03	75,53	439,99	
Итого за день:		1938	45,76	105,6	282,44	1840,59	