



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15

Щестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида №15

Меню на 03 марта 2025г
(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 |
| | Сыр « Российский » | 10 | 0,23 | 0,29 | 0 | 36,2 | №20 |
| | 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: | | 558 | 9,73 | 15,36 | 77,87 | 515,44 | |
| Обед | Суп гороховый | 180 | 1,87 | 3,1 | 10,89 | 79,8 | №32 |
| | Печень по строгановски | 90 | 9,61 | 10,54 | 5,16 | 159,07 | №57 |
| | Макароны отварные с маслом | 130 | 4,04 | 3,88 | 25,90 | 154,8 | №39 |
| | Икра кабачковая | 40 | 0,72 | 2,82 | 4,63 | 46,80 | №25 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 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: | | 705 | 21,99 | 21,73 | 106,54 | 725,96 | |
| Полдник | Какао на молоке | 200 | 4,85 | 5,04 | 32,73 | 196,71 | №8 |
| | Пряник | 25 | 0,84 | 0,99 | 23,19 | 106,7 | №4а |
| Итого за полдник: | | 250 | 5,69 | 6,03 | 55,92 | 303,41 | №44 |
| Ужин | Сырники из творога | 160 | 27,12 | 5,24 | 44,67 | 334,32 | №13 |
| | 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 |
| Итого за ужин: | | 465 | 34,01 | 19,55 | 94,65 | 698,16 | |
| Итого за день: | | 1978 | 71,42 | 62,67 | 264,98 | 2242,97 | |