



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15
Щестернина О.В

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

Меню на 06 марта 2025г
(от 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная геркулесовая каша	200	10,0	15,7	22,94	207,38	№47
	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	13,48	23,5	66,52	459,46	
	Суп крестьянский с крупой (гречневый)	180	1,7	5,57	11,10	101,22	№29
	Каша ячневая с маслом	130	4,04	3,88	25,90	154,8	№39
	Гуляш из говядины	90	19,55	22,60	3,46	293,12	№59
	Салат из квашеной 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:		705	30,66	31,36	100,28	813,55	
Полдник	Сок яблочный	200	0,2	0	22,4	92,0	№68
	Булочка домашняя	60	4,37	7,07	36,80	228,20	№194
Итого за полдник:		250	1,94	10,25	48,82	189,5	
Ужин	Молочная рисовая каша	200	5,12	6,62	32,61	210,13	№48a
	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	13,71	9,6	82,51	479,49	
Итого за день:		1968	59,81	74,71	297,83	1932,0	