



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15

Щестернина О.В.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 20 марта 2025г
(от 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный манный	200	5,48	5,04	0,43	132,0	№99
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0	№ 6
	Батон нарезной	40	3,0	1,16	21,12	108,0	№ 9
	Чай с сахаром	200	0,6	0,02	9,99	40,0	№ 411
Второй завтрак	Свежее яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0	№403
Итого за завтрак:		548	13,48	23,5	66,52	459,46	
	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	1,75	22,74	11,43	73,2	№86
	Макароны отварные с маслом	150	5,66	4,51	26,44	168,45	№335
	Гуляш из отварного мяса	160	20,63	16,30	5,24	250,0	№ 293
	Салат из квашеной капусты	60	0,75	0,057	7,0	31,38	№42
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,8	17,4	109,5	№4
	Хлеб ржаной	25	2,12	0,82	10,62	64,75	№5
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,018	25,0	101,7	№ 394
Итого за обед:		705	30,66	31,36	100,28	813,55	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179,0	№ 452
Итого за полдник:		250	1,94	10,25	48,82	189,5	
Ужин	Молочная каша «Дружба»	200	6,55	8,33	35,09	241,11	№56
	Хлеб пшеничный	40	4,28	1,8	17,4	109,5	№4
	Хлеб ржаной	25	2,12	0,82	10,62	64,75	№5
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		465	13,71	9,6	82,51	479,49	
Итого за день:		1968	59,81	74,71	297,83	1932,0	