



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 25 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	5,92	6,0	18,0	149,0	№101
	Масло (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0	№ 6
	Багон 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:		550	10,0	14,83	59,04	410,0	
Обед	Суп фасолевый	200	5,80	0,69	14,22	104,8	№93
	Картофельное пюре	130	2,76	5,25	20,18	137,0	№ 339
	Тефтели из говядины	80	12,44	9,24	12,56	183,0	№ 304
	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	№ 20
	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:		715	438,31	20,87	101,54	738,63	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Пряник	50	3,24	4,1	34,15	186,5	№431
Итого за полдник:		250	4,24	4,1	58,59	271,0	
Ужин	Макароны отварные с сыром	200	11,17	10,28	31,78	264,0	№ 220
	Икра кабачковая	60	0,72	2,82	4,62	47,0	№ 57
	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:		525	18,41	15,74	74,62	526,25	