



Утверждаю:
Заведующий МБ ДОУ №15

Щестернина О.В

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 26 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 с крупой (пшено)	200	6,0	5,48	18,1	146,8	№ 101
	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:		550	10,69	14,47	83,12	497,95	
Обед	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,8	№ 91
	Курица в соусе томатном	120	33,74	41,90	5,32	522,68	№ 123
	Каша рассыпчатая гречневая	130	8,60	6,09	38,64	243,7	№ 330
	Салат из моркови	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:		675	51,56	53,37	113,69	1143,51	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,0	№ 200
	Зефир	50	1,37	0,025	10,8	46,18	№ 460
Итого за полдник:		250	7,17	5,025	18,8	164,98	
Ужин	Ленивые вареники	170	22,24	15,54	23,0	327,0	№ 244
	Соус сметанный	40	0,64	5,36	1,99	58,72	№385
	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:		460	39,68	17,01	71,9	617,15	
Итого за день:		1955	109,1	84,85	286,82	2423,59	