



Утверждаю:  
Заведующий МБ ДОУ №15  
Щестернина О.В

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

Меню на 28 февраля 2025г  
(от 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная гречневая каша	200	7,94	8,21	35,13	246,17	№43
	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
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>558</b>	<b>11,13</b>	<b>16,16</b>	<b>78,86</b>	<b>532,12</b>	
Обед	Рассольник	180	3,6	8,1	23,31	107,71	№35
	Котлета из говядины	80	10,68	11,72	5,74	176,75	№58
	Каша пшеничная с маслом	130	8,0	4,6	32,0	200,6	№38
	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
<b>Итого за обед:</b>		<b>665</b>	<b>34,34</b>	<b>30,24</b>	<b>117,4</b>	<b>821,17</b>	
Полдник	Кефир	200	5,6	5,0	8,0	1,6	№64
	Зефир	50	1,37	0,025	10,8	46,18	№5а
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>6,97</b>	<b>5,025</b>	<b>18,8</b>	<b>47,78</b>	№44
Ужин	Омлет натуральный	120	12,2	18,06	3,05	221,3	№22б
	Зеленый горошек	60	1,56	1,64	4,3	38,9	№24
	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
<b>Итого за ужин:</b>		<b>450</b>	<b>19,53</b>	<b>21,09</b>	<b>54,73</b>	<b>492,52</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1923</b>	<b>71,97</b>	<b>72,51</b>	<b>269,79</b>	<b>1894,49</b>	