



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №15

Меню на 02.092025
(от 3- 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная геркулесовая каша	180	5,92	6,0	18,0	149,0	№101
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136,0	№ 1
	Чай с сахаром	180	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:		500	10,0	16,3	69,5	464,1	
Обед	Рассольник Ленинградский	180	1,68	4,09	13,27	96,6	№82
	Плов из пшеницы	180	21,47	19,69	35,69	416,0	№ 321
	Салат из свежих огурцов	50	0,45	3,65	1,42	40,4	№13
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	№509
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,018	25,0	101,7	№ 394
Итого за обед:		650	32,94	286,9	111,5	836,9	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Печенье овсяное	50	31,0	9,05	33,0	225,0	№430
Итого за полдник:		250	32,0	9,05	53,2	309,5	
Ужин	Макароны отварные с сыром	150	11,17	10,28	31,78	264,0	№220
	Салат из моркови	50	0,75	0,057	7,0	31,38	№42
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,0	52,5	№509
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		440	15,82	9,89	81,48	441,33	
Итого за день:		1840	89,86	322,14	315,68	2051,83	