



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №15

МЕНЮ НА 30.10.2025г.
(от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Суп молочный с крупой (геркулес)	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	44,0	№403
Итого за завтрак:		500	9,37	13,97	52,41	369,0	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,15	2,27	13,72	83,8	№ 88
	Тефтели мясные (с рисом в соусе)	70	12,44	9,24	12,56	183,0	№ 304 № 372
	Каша рассыпчатая гречневая	130	8,60	6,09	38,64	243,7	№ 330
	Салат из моркови	50	0,62	0,048	5,80	26,15	№42
	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:	670	28,65	18,27	121,1	767,15	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,0	№ 420
	Зефир	50	0,40	0,05	39,9	163,0	№ 510
Итого за полдник:		250	6,2	5,05	47,9	263,0	
Ужин	Запеканка из творога	150	24,70	17,64	24,22	348,7	№251
	Соус сметанный	30	0,63	5,36	1,99	58,72	№385
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,0	52,2	№509
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		450	30,58	23,78	65,73	594,62	
Итого за день:		1870	30,58	61,07	287,14	1993,77	