



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №15

Меню на 31 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 (гречневый)	200	6,0	5,5	17,0	142,0	№ 101
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,0	№ 3
	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:		565	15,5	21,46	76,17	561,17	
Обед	Суп картофельный с бобовыми(гороховый)	200	4,1	4,23	13,0	106,6	№87
	Макаронник с печенью	160	15,32	7,32	36,01	271,0	№ 309
	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,06	1,56	35,88	№ 20
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	№509
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,018	25,0	101,7	№ 394
Итого за обед:		645	26,73	17,25	103,58	792,41	
Полдник	Какао на молоке	200	4,08	3,55	17,56	119,0	№ 416
	Пряник	50	3,24	4,1	34,15	186,5	№431
Итого за полдник:		250	7,32	7,65	51,71	338,5	№44
Ужин	Сырники из творога	150	27,12	5,24	44,67	334,32	№88
	Соус сметанный	50	0,8	6,7	2,49	73,4	№385
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,0	№508
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	№509
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,12	0,02	10,20	41,0	№ 412
Итого за ужин:		460	44,57	32,53	62,37	734,0	
Итого за день:		1920	94,12	78,90	293,83	2426,08	