



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

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

**МЕНЮ НА 13.01.2026г.
(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 (ячневый)	180	5,56	5,12	18,35	142,2	№ 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	362,2	
Обед	Суп картофельный с клецками	180	1,67	2,69	9,71	69,8	№ 91
	Плов из птицы	200	17,41	16,0	29,0	328,0	№ 321
	Салат из квашеной капусты	50	0,96	6,0	2,15	66,36	№6
	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	24,02	25,34	91,86	694,66	
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	Винегрет овощной	160	2,18	10,0	13,5	151,7	№46
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,0	№227
	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:		460	15,56	8,93	72,86	455,0	
Итого за день:		1880	58,3	57,29	270,33	1821,36	