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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 15

МЕНЮ НА 13.10.2026г.
(от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Молочная пшеничная каша	180	6,70	7,26	31,72	219,5	№63
	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**	**55,2**	**0,42**	**51,41**	**351,0**	
Обед	Рассольник Ленинградский	180	1,51	3,68	12,0	87,0	№82
	Кнели куриные с рисом	70	14,90	12,37	4,63	189,0	№329
	Картофель отварной	130	2,56	5,0	20,0	122,45	№ 136
	Салат из кукурузы консервированной	50	1,44	3,09	3,90	49,65	№ 12
	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**	**46,24**	**52,29**	**95,6**	**677,15**	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Пряник	50	3,24	4,1	34,15	186,5	№431
Итого за полдник:		**250**	**4,24**	**4,1**	**58,59**	**271,0**	
Ужин	Сырники из творога	150	19,5	4,62	39,41	295,0	№88
	Соус сметанный	50	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**	**25,39**	**10,76**	**80,92**	**540,92**	
Итого за день:		**1870**	**131,0**	**63,47**	**286,52**	**1839,9**	