



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

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 15

МЕНЮ НА 22 .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	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	10,15	15,23	66,13	439,5	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,15	2,27	13,72	83,8	№ 88
	Птица, тушенная с картофелем и овощами	200	10,83	2,62	18,5	140,0	№ 319
	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	18,82	11,54	85,37	520,66	
Полдник	Сок яблочный	200	1,0	-	20,2	84,5	№ 418
	Печенье Курабье	50	3,2	14,5	28,5	260,0	№ 432
Итого за полдник:		250	4,2	14,5	48,5	348,7	
Ужин	Пудинг из творога (запеченный)	150	24,22	17,21	38,93	408,0	№ 249
	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	30,11	23,35	80,44	653,92	
Итого за день:		1870	63,28	64,62	280,44	1962,78	