

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



**Меню на 17 июля 2023**

(для детей от 1,5 до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет с зеленым горошком	130	13,78	11,28	15,25	216,42
	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,36	1,88	2,37	27,84
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,4
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>390</b>	<b>18,54</b>	<b>19,92</b>	<b>36,1</b>	<b>397,48</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	5,21	5,07	10,05	107
	Тефтели рыбные тушеные	60	6,76	3,97	7,36	119,09
	Каша вязкая (пшеничная)	110	3,75	1,88	20,74	109,66
	Огурец свежий	40	0,32	0,04	1,00	5,6
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>595</b>	<b>19,17</b>	<b>11,35</b>	<b>79,53</b>	<b>518,99</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Ватрушка с творогом	80	6,10	7,44	37,17	245,31
	Напиток кисломолочный	150	4,50	1,50	6,00	60
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>10,6</b>	<b>8,94</b>	<b>43,17</b>	<b>305,31</b>
<b>УЖИН</b>	Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	150	3,51	5,18	22,48	170,15
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Какао с молоком	180	3,46	3,65	10,60	89,17
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>345</b>	<b>8,16</b>	<b>8,98</b>	<b>30,52</b>	<b>291,36</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1560</b>	<b>56,47</b>	<b>49,19</b>	<b>189,32</b>	<b>1513,14</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 23**



Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ № 23  
Соболева О.А.

**Меню на 17 июля 2023**

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет с зеленым горошком	150	15,90	13,02	17,59	249,72
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,4
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Сыр (порциями)	15	3,48	4,42	0,00	54,6
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>460</b>	<b>22,99</b>	<b>26,73</b>	<b>43,88</b>	<b>508,2</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,84	9,10	15,70	180,76
	Тефтели рыбные тушеные	80	8,34	5,30	9,81	158,79
	Каша вязкая (пшеничная)	130	4,43	2,22	24,51	129,6
	Огурец свежий	50	0,40	0,05	7,66	66,79
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>25,79</b>	<b>17,17</b>	<b>97,81</b>	<b>681,87</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Ватрушка с творогом	100	8,87	9,30	41,46	306,64
	Напиток кисломолочный	180	5,40	1,80	7,20	72
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>280</b>	<b>14,27</b>	<b>11,1</b>	<b>48,66</b>	<b>378,64</b>
<b>УЖИН</b>	Каша жидкая молочная с крупой (гречневой)	200	4,14	6,24	29,98	226,86
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Какао с молоком	200	3,84	4,06	11,78	99,08
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>420</b>	<b>9,56</b>	<b>10,5</b>	<b>51,42</b>	<b>368,66</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1870</b>	<b>72,61</b>	<b>65,50</b>	<b>241,77</b>	<b>1937,37</b>