

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

О.А.

Соболева О.А.

Меню на 02 августа 2023

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная с крупой ("Геркулес")	200	3,86	3,50	35,46	205,78
	Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,6
	Масло (порциями)	5	0,08	3,08	0,09	28,3
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	6,33	7,45	57,13	338,26
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	5,60	3,64	19,82	136,46
	Бефстроганов из отварного мяса	80	11,66	11,31	6,12	203,44
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	2,72	2,13	34,88	199,32
	Салат из белокачанной капусты	60	1,00	2,05	3,95	38,70
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,13	10,91	44,39
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	23,99	19,76	104,04	752,03
ПОЛДНИК	Булочка «Веснушка»	80	3,15	3,90	45,91	206,32
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	8,38	9,66	54,37	373,84
УЖИН	Котлеты рыбные любительские	70	10,09	3,40	6,82	97,02
	Картофель отварной	130	2,76	3,00	22,10	126,76
	Огурец свежий	50	0,40	0,05	1,25	7
	Фрукты и ягоды свежие	60	0,24	0,24	5,88	28,2
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4
	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА УЖИН		515	16,37	6,94	66,30	388,38
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1930	55,07	43,81	281,78	1852,51

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

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соб. Соболева О.А.

Меню на 02 августа 2023

(для детей от 1,5 до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная с крупой ("Геркулес")	150	3,15	4,38	29,09	154,33
	Батон	25	1,88	0,73	12,85	65,5
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Чай с лимоном	180	0,14	0,00	5,54	23,02
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	5,23	8,19	47,57	271,15
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	150	4,20	2,73	14,86	102,35
	Бефстроганов из отварного мяса	60	8,25	9,98	4,59	187,58
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	1,84	1,50	29,51	168,65
	Салат из белокачанной капусты	40	0,66	0,71	1,55	16,4
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Хлеб ржаной	40	1,04	0,24	14,96	69,6
	Компот из сухофруктов	150	0,11	0,11	9,72	39,61
	ИТОГО ЗА ОБЕД		570	17,68	15,47	84,85
ПОЛДНИК	Булочка «Веснушка»	60	2,37	3,42	40,43	199,38
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	7,59	9,18	48,89	307,38
УЖИН	Котлеты рыбные любительские	50	7,20	2,43	4,87	69,30
	Картофель отварной	110	2,33	2,54	18,70	107,26
	Огурцы свежие	40	0,32	0,04	1,00	5,6
	Фрукты и ягоды свежие	60	0,24	0,24	5,88	28,2
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	32,04
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76
ИТОГО ЗА УЖИН		455	12,18	5,4	55,87	318,4
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1625	44,68	38,24	237,18	1503,84