

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17
/О.М.Трунова/

МЕНЮ

17 октября 2023 г.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	205	6,1	8,2	27,4	208	1,3
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1	4	7	68	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			425	7,3	12,3	49,4	336	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,2	30	6,3
Итого			100	0,3	0,3	6,2	30	6,3
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,1	1,1	15	78	4
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	95	14,2	13,2	3,2	188	0
2008	335	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	75	7	2,1	14,6	105	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,3	40	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20			0,3	1	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	190	0,1		19	77	0
Итого			630	25,3	19,3	62,7	525	6,1
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	14,6	11,1	13,4	216	0,2
2012	401	СНЕЖОК	124					0
Итого			259	14,6	11,1	13,4	216	0,2
Ужин								
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	150	8,9	2	12,2	111	5,4
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	100	1,8	2	9,4	62	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,6	0,1	10,4	49	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,6	2,1	9,5	68	0,5
Итого			470	14,9	6,2	41,5	290	5,9
Всего				62,4	49,2	173,2	1397	19,8