

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник реце-п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-т ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	155	7,5	10,4	3,7	139	0,7
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2	15,1	13,5	198	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/	0,3	0,1	15,2	62	3
Итого			400	9,8	25,6	32,4	399	3,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Итого			100	0,5	0,1	9,8	42	0,8
Обед								
2008	41	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,9	2,4	4,9	46	7,8
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	7,1	3,7	19,4	140	3,1
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	16,9	4,3	0,5	109	10,8
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	100	2,7	3,9	13,8	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	14,5	61	1,6
Итого			700	33	15,3	87,1	622	23,3
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,7	2,2	27	144	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3	15	102	0,6
Итого			230	7,3	5,2	42	246	0,6
Ужин								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ БОЯРСКАЯ	250	3,8	9,7	21,3	189	0,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			490	6,6	10,2	53,3	331	0,4
Всего				57,2	56,4	224,6	1640	28,8