

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

26 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник реце-п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-г ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	5	8,1	27,9	205	1,3
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,9	3,6	6,2	55	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/			11,6	47	0
Итого			432	7,9	11,7	45,7	307	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	84	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Итого			84	0,3	0,3	8,2	39	8,4
Обед								
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	55	0,8	2,2	4	40	8,1
2012	59	СВЕКОЛЬНИК	185	1,8	3,4	10,6	82	6
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,1	3,3	14,2	98	6,9
2008	231	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50/60	12,7	3,3	1,8	88	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,6	0,1	11,2	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,4	0,2	8,4	41	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	190	0,1		19,1	77	0
Итого			684	20,5	12,5	69,3	479	21,8
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	100					0
		СНЕЖОК	150					0
Итого			250					0
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	13	10,3	9,3	185	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	250	2,6	2,2	21,8	118	0,9
Итого			450	15,6	12,5	31,1	303	1
Всего				44,3	37	154,3	1128	32,5