

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

27 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,3	3,9	13	101	0,4
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	170/6			7,9	32	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,1	6,3	7,7	92	0
Итого			401	4,4	10,2	28,6	225	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4,6	22	4,7
Итого			100	0,2	0,2	4,6	22	4,7
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,5	1,3	1,7	21	7,6
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,3	2,2	12,6	80	17,6
		ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60/35	12,2	10,3	0,8	145	1,3
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3,2	2,1	14,6	90	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,6	0,1	10,7	50	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-пшеничный	10	0,7	0,1	4,2	20	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	200			8,1	32	0
Итого			657	20,5	16,1	52,7	438	26,5
Полдник								
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	235	3,2	2,6	14,5	96	0,6
		ПРЯНИКИ ГЛАЗИРОВАННЫЕ	42	2,6	2,9	31,1	142	0
Итого			277	5,8	5,5	45,6	238	0,6
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	30	9,4	5,5	29,1	208	3,7
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	170	2,5	1,9	16,3	93	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	240/15	0,3	0,1	19,1	76	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-пшеничный	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			465	12,9	7,6	68,7	397	3,7
Всего				43,8	39,6	200,2	1320	35,9