

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

1 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МОЛОКОМ	160	4,8	6,3	22,4	166	0,1
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	0,9	5,7	6,2	81	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15/7					0
Итого			352	5,7	12	28,6	247	0,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,1	0,1	2,8	13	2,8
Итого			100	0,1	0,1	2,8	13	2,8
Обед								
2012	67	БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ	150/10/5	1,6	1,2	7,6	47	8,8
2008	266	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	105	9,7	11,1	21,5	224	0
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	2	0,2	12,8	62	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	4,3	21	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150					0
Итого			450	14	12,6	46,2	354	8,8
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	50	1,9	2,1	22,7	104	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	2,1	1,8	3,5	40	0,4
Итого			200	4	3,9	26,2	144	0,4
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	200	14,5	11,4	20	242	0,1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,9	1,6	2,7	33	0,3
Итого			400	16,4	13	22,7	275	0,4
Всего				40,2	41,6	126,5	1033	12,5