

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

3 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С	100	4,4	5,1	14,9	125	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,2	9,3	8,3	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0,1	14,6	59	0
Итого			350	5,8	14,5	37,8	305	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	8,6	41	8,7
Итого			100	0,3	0,3	8,6	41	8,7
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	55	0,8	3,4	3,2	47	3,2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150/15	0,9	2,6	6	51	2,9
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МИНТАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	65/30	14,3	0,8	1,2	70	1
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,7	4,6	25,8	168	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,4	0,1	9	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,6	0,1	3,5	17	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	145	0,1		14,8	60	0
Итого			587	23,8	11,6	63,5	456	7,1
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,8	1	30,1	149	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С	150	2,1	1,7	7,6	55	0,4
Итого			210	6,9	2,7	37,7	204	0,4
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	220	5,4	6,2	24	173	1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	0,1	3,5	17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	6,2	6,4	39,9	240	1
Всего				43	35,5	187,5	1246	17,2