

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

## МЕНЮ

8 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	155	3,6	4,8	20,1	139	0,4
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	2,2	2,7	4,7	42	0
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>6</b>	<b>7,6</b>	<b>39,4</b>	<b>240</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	10	48	10,2
<b>Итого</b>			<b>102</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10</b>	<b>48</b>	<b>10,2</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	22	0,7		1,5	9	0,9
2012	70	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	1,3	1,8	5,4	46	9,6
		БИФСТЕКС РУБЛЕНный	70	14,2	13,6	0,4	180	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,7	4,6	25,8	168	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧный	19	1,4	0,1	9,1	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧный	9	0,6	0,1	3,6	17	0
	ТК№0 45	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0,1		12,5	50	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>24</b>	<b>20,2</b>	<b>58,3</b>	<b>513</b>	<b>10,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	4,6	0,9	30,9	149	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧный	150	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>5,1</b>	<b>1</b>	<b>40,8</b>	<b>192</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	7,3	5,8	6,1	113	4,5
2012	132	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	95	1	2,7	5	49	9,7
2012	395	КОФЕЙный НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	12,4	81	0,5
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный	30	0,6	0,1	3,6	17	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>11,6</b>	<b>10,8</b>	<b>27,1</b>	<b>260</b>	<b>14,7</b>
<b>Всего</b>				<b>47,1</b>	<b>40</b>	<b>175,6</b>	<b>1253</b>	<b>38</b>