

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

9 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник реце-п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-т ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,4	5,9	19,8	149	0,4
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	2,2	4,5	6,5	45	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/7	0,2	0,1	12,6	52	2,5
Итого			352	6,8	10,5	38,9	246	2,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	7,6	36	7,7
Итого			100	0,3	0,3	7,6	36	7,7
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,5	7,4	2	77	8,1
2008	77	СВЕКОЛЬНИК	160	2,1	2,4	12	80	7,3
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	50	13,4	11,5	0,4	160	0,8
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	60	1,6	3,7	12,4	90	6,3
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	9,2	43	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,4	17	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	10,3	43	0,9
Итого			486	19,6	25,3	49,7	510	23,4
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	13,7	11,7	12,1	213	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	106	3,2	2,1	5,2	53	0,6
Итого			221	16,9	13,8	17,3	266	0,7
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,5	0,3	15,9	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	0,1	3,4	17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	25	2,5	2,3	0,1	32	0
Итого			400	5,7	2,8	34	185	0
Всего				49,3	52,7	147,5	1243	34,7