

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

10 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	160	4	6,5	22,4	165	1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	2	2,6	4,4	39	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/7	0,3	0,1	14,8	61	2,9
Итого			382	6,3	9,2	41,6	265	3,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	35	0,5	2,2	2,5	32	4,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,5	3,4	10,1	77	2,4
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	75	14,5	0,8	4,3	83	1,1
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,9	42	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,4	16	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			8,8	35	0
Итого			536	22,8	10,2	63,6	437	8,1
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	4,8	4,7	28,8	150	0
		СНЕЖОК	125					0
Итого			200	4,8	4,7	28,8	150	0
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	2,7	0,3	17,4	83	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	0,1	3,4	16	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	3,4	0,5	33,2	149	0
Всего				37,8	24,7	177,1	1044	14