

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

11 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	5,3	8	1,1	98	0,1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40	2,3	6,8	6,3	96	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	160/15/7			12	48	0,01
Итого			352	7,6	14,8	19,4	242	0,11
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,9	44	4
Итого			100	0,4	0,4	9,9	44	4
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,1	2,1	14,5	86	4,2
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,4	3,3	0,6	35	6,1
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50	8,5	7,3	0,4	101	0,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,7	4,6	25,8	168	0
2008		ХЛЕБ -РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,2	20	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	6	26	0,8
Итого			525	19,3	17,7	63,6	493	11,3
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ	70	1,9	3,3	11,9	84	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	2,4	2,1	4,1	46	0,4
Итого			200	4,3	5,4	16	130	0,4
Ужин								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	175	5,7	4,9	21,7	155	1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,7	0,1	4,2	20	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
Итого			400	6,6	5,1	40,5	234	1
Всего				38,2	43,4	149,4	1143	16,8