

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

13 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	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	125	5,1	10	2,6	121	1,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1	4,5	6,6	71	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			8,4	34	0
Итого			350	6,1	14,5	17,6	226	1,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	0,6	2,9	2,5	38	2,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,7	3,1	9,2	72	9,2
2008	265	ПЛОВ ИЗ ОТ ГОВЯДИНЫ ОТВАРНОЙ	110	11	12,9	22,5	251	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,7	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,4	17	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9	36	0
Итого			498	15,2	19,1	55,3	455	12,2
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,2	2,3	28,3	151	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2	9,9	70	0,4
Итого			200	6,7	4,3	38,2	221	0,4
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	175	3,7	3,8	13,4	103	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	0,1	3,3	16	0
Итого			400	4,4	4	31,3	178	0
Всего				32,4	41,9	142,4	1080	14