

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

14 ноября 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	155	5,1	7,5	18,9	163	1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20	2,3	5,2	5,9	81	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/			8,9	36	0,41
Итого			377	7,4	12,7	33,7	280	1,41
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								
к/к	к/к	ГОРОШЕК_ЗЕЛЕНый	26	0,8	0,1	1,6	10	1
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	1,5	1,6	10,5	63	2,6
2008	312	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	35/50	12,2	11,8	1,8	163	1,5
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
2008		ХЛЕБ -РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	9	0,6	0,1	3,8	19	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,6	0,1	11,2	53	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150			3	12	0
Итого			543	21,1	17,3	57,5	472	5,1
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ	75	2,2	4	14,4	102	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	125	2,4	2	4	45	0,4
Итого			200	4,6	6	18,4	147	0,4
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	13,9	10,4	16,4	217	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	14,6	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	0,1	3,8	19	0
Итого			400	14,7	10,6	34,8	295	0,1
Всего				48,3	46,7	154,3	1237	9,01