

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

20 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	5,8	9,5	1,1	114	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,2	9,1	8,1	119	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			10,2	41	0
Итого			350	7	18,6	19,4	274	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,9	29	6,1
Итого			100	0,2	0,2	5,9	29	6,1
Обед								
2012	53	ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	24	0,4	2	1,7	27	0,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150/15	0,8	1,1	5,6	35	2,6
2008	312	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/50	13,3	13,7	1,4	183	1,6
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,4	0,1	8,7	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,4	17	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			8,3	33	0
Итого			565	20,8	20,6	54,7	488	4,8
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,2	3,6	29,9	170	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,2	2,8	5,3	59	1,6
Итого			200	7,4	6,4	35,2	229	1,6
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	170	2,8	2,2	18,2	105	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	0,1	3,4	17	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,7	1,3	9,3	56	0,3
Итого			400	5	3,6	30,9	178	0,3
Всего				40,4	49,4	146,1	1198	12,8