

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

## МЕНЮ

1 декабря 2023 г.

### Сад 12 часов

| Сбор-ник реце-п-тур | № техн. карт ы | Наименование блюда                      | Выход      | Химический состав |             |               | Энерге-г ическая ценност ь, ккал | Вит а-м ин С, |
|---------------------|----------------|---|------------|-------------------|-------------|---------------|----------------------------------|---------------|
|                     |                |   |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-в оды, г |                                  |               |
| <b>Завтрак</b>      |                |   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2008                | 189            | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 180        | 6,6               | 9,7         | 24,4          | 210                              | 1,3           |
| 2008                | 1              | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ              | 45/10      | 3,7               | 8,2         | 10            | 129                              | 0             |
| 2008                | 430            | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                 | 185/15/7   |                   |             | 8,5           | 35                               | 0,3           |
| <b>Итого</b>        |                |   | <b>442</b> | <b>10,3</b>       | <b>17,9</b> | <b>42,9</b>   | <b>374</b>                       | <b>1,6</b>    |
| <b>II Завтрак</b>   |                |   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2008                |                | ЯБЛОКО                                  | 100        | 0,2               | 0,2         | 5,8           | 28                               | 5,9           |
| <b>Итого</b>        |                |   | <b>100</b> | <b>0,2</b>        | <b>0,2</b>  | <b>5,8</b>    | <b>28</b>                        | <b>5,9</b>    |
| <b>Обед</b>         |                |   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2012                | 53             | ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ                        | 50         | 0,3               | 1,4         | 1,3           | 19                               | 0,4           |
| 2012                | 77             | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ             | 180        | 1,2               | 7,8         | 9,1           | 111                              | 4,4           |
| 2008                | 321            | ПТИЦА ОТВАРНАЯ                          | 70         | 15,5              | 14,6        | 6             | 218                              | 0,6           |
| 2008                | 181            | КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ              | 130        | 4,4               | 3,6         | 25,6          | 152                              | 0             |
| 2008                |                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 26         | 1,9               | 0,2         | 12,6          | 59                               | 0             |
| 2008                |                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                    | 12         | 0,8               | 0,1         | 4,9           | 24                               | 0             |
| 2008                | 402            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ             | 180        |                   |             | 13,5          | 54                               | 0             |
| <b>Итого</b>        |                |   | <b>648</b> | <b>24,1</b>       | <b>27,7</b> | <b>73</b>     | <b>637</b>                       | <b>5,4</b>    |
| <b>Полдник</b>      |                |   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2012                | 469            | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                        | 100        | 4,1               | 0,6         | 28,2          | 134                              | 0             |
| 2008                | 435            | СНЕЖОК                                  | 150        |                   |             |               |                                  | 0             |
| <b>Итого</b>        |                |   | <b>250</b> | <b>4,1</b>        | <b>0,6</b>  | <b>28,2</b>   | <b>134</b>                       | <b>0</b>      |
| <b>Ужин</b>         |                |   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2012                | 219            | ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ                | 180/30     | 5,4               | 6,6         | 5,5           | 103                              | 0,6           |
| 2008                |                | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                    | 50         | 0,8               | 0,1         | 4,9           | 24                               | 0             |
| 2012                | 395            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ              | 190        | 2,6               | 2,1         | 10,7          | 73                               | 0,4           |
| <b>Итого</b>        |                |   | <b>450</b> | <b>8,8</b>        | <b>8,8</b>  | <b>21,1</b>   | <b>200</b>                       | <b>1</b>      |
| <b>Всего</b>        |                |   |            | <b>47,5</b>       | <b>55,2</b> | <b>171</b>    | <b>1373</b>                      | <b>13,9</b>   |