

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

2 ноября 2023 г.

Сад 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 | 190 | КАША "ДРУЖБА" | 200 | 6,2 | 10 | 26,8 | 224 | 2 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25 | 1,2 | 9,1 | 8,1 | 119 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 | 3 |
| Итого | | | 432 | 7,7 | 19,2 | 50,1 | 405 | 5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43 | 0,8 |
| Итого | | | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,9 | 43 | 0,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,6 | 1,4 | 1,7 | 22 | 5,6 |
| 2008 | 81 | СВЕКОЛЬНИК | 190 | 2 | 2,8 | 11,4 | 79 | 6,5 |
| 2012 | 288 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ | 60/30 | 13,3 | 12,5 | 0,1 | 166 | 0 |
| 2008 | 181 | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 100 | 3,2 | 3,5 | 20,8 | 128 | 0 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 24 | 1,7 | 0,1 | 11,5 | 55 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 11 | 0,7 | 0,1 | 4,5 | 22 | 0 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 200 | 0,1 | 0,1 | 3,3 | 16 | 1,4 |
| Итого | | | 655 | 21,6 | 20,5 | 53,3 | 488 | 13,5 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 469 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 100 | 4,7 | 1 | 25,7 | 130 | 0 |
| 2008 | | СНЕЖОК | 150 | | | | | 0 |
| Итого | | | 250 | 4,7 | 1 | 25,7 | 130 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 60 | СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ | 60 | 3,8 | 3,8 | 0,9 | 54 | 1,1 |
| 2012 | 125 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 150 | 1,4 | 2 | 11,3 | 70 | 5,8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 0,7 | 0,1 | 4,4 | 21 | 0 |
| Итого | | | 450 | 6,1 | 6 | 31,6 | 205 | 6,9 |
| Всего | | | | 40,6 | 46,8 | 170,6 | 1271 | 26,2 |