

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

4 декабря 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	6	7,7	1,5	99	0,1
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	3,9	12,7	10,8	173	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/ 7	0,3	0,1	15,2	62	3
Итого			402	10,2	20,5	27,5	334	3,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Итого			100	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	50	0,8	1,1	3,4	27	7,2
2012	70	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	1,4	1,7	4,4	42	6,4
2008	311	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ ОТВАРНОЙ	200	8,9	8	31	233	0,7
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,5	0,2	9,9	47	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1	0,1	6,3	30	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	12,2	50	0,9
Итого			646	13,7	11,2	67,2	429	15,2
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	4,7	0,8	40,1	186	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,5	9,5	75	0,5
Итого			250	7,8	3,3	49,6	261	0,5
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	195	3,1	4,8	20,1	136	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	1	0,1	6,3	30	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			455	4,3	5	41,4	226	0
Всего				36,2	40,2	191,4	1277	24,6