

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

7 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	5,7	10,7	1,8	126	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	1,3	9,7	8,6	127	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
Итого			407	7,3	20,5	25,6	315	3,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,1	6,9	30	0,6
Итого			100	0,4	0,1	6,9	30	0,6
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	42	0,8	3,7	3,2	50	2,9
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,5	4,1	16	124	3,3
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/30	13,2	13,1	1,1	175	1,3
2012	314	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГЕКУЛЕСА	100	2,8	3,2	14,1	96	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,5	0,2	9,4	45	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	6	28	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	12,5	53	1,4
Итого			666	24,8	24,5	62,3	571	8,9
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85	13,7	10,9	13,9	213	0,1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	10,3	86	0,6
Итого			265	17,5	14,1	24,2	299	0,7
Ужин								
2008	185	КАША ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ БОЯРСКАЯ	210	3,7	5,6	19,2	143	0,3
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,9	0,1	6	28	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	4,8	5,8	40,2	231	0,3
Всего				54,8	65	159,2	1446	13,7