

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

7 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5	8,1	27,9	205	1,3
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	3,3	4,1	7	62	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
Итого			402	8,6	12,3	50,1	329	4,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,8	28	5,9
Итого			100	0,2	0,2	5,8	28	5,9
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,5	2,4	2,1	32	1,9
2012	59	СВЕКОЛЬНИК	180	2,5	4,1	14,8	106	8,3
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	13	2,7	0,8	80	0,6
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,2	2,4	16,5	97	8,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,9	0,2	12,6	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,8	0,1	4,8	23	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			12,1	49	0
Итого			648	20,9	11,9	63,7	446	18,9
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ	100	2,8	3,3	17,9	113	0
		СНЕЖОК	150					0
Итого			250	2,8	3,3	17,9	113	0
Ужин								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	210	5,4	9,8	1,3	114	0,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,8	0,1	4,8	23	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,4	2,1	20,6	111	0,8
Итого			450	8,6	12	26,7	248	0,9
Всего				41,1	39,7	164,2	1164	30