

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

9 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	205	6	8	27	203	0,5
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	3,3	6,7	9,8	67	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	3
Итого			442	9,6	14,8	52	332	3,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	7,6	36	7,7
Итого			100	0,3	0,3	7,6	36	7,7
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,5	7,1	2	75	8,1
2008	77	СВЕКОЛЬНИК	215	2,4	2,9	14,9	98	8,5
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	50	13,4	11,5	0,4	160	0,7
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	60	1,6	3,7	12,4	90	6,3
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,8	0,2	12,2	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,7	0,1	4,6	22	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	13,4	56	1,2
Итого			600	20,5	25,6	59,9	558	24,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	13,7	11,8	12,1	213	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	141	4,3	2,8	7	70	0,8
Итого			256	18	14,6	19,1	283	0,9
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	2,5	0,3	15,9	77	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,7	0,1	4,6	22	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,2	0,1	31	0
Итого			460	5,9	2,7	35,6	190	0
Всего				54,3	58	174,2	1399	36,9