

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

12 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	155	4,6	6,2	20,7	157	1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	50	1,6	10,2	10,6	141	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			405	6,4	16,5	46,3	358	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								
2012	70	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	1,3	4	3,6	57	6,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,8	13,3	25,4	269	13,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	13	1	0,1	6,2	29	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,5	0,2	9,7	47	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	185			16,9	68	0
Итого			601	15,6	17,6	61,8	470	20,1
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	4,8	0,6	34,4	163	0
2012	401	СНЕЖОК	150					0
Итого			250	4,8	0,6	34,4	163	0
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	14,3	10,7	12,2	206	0,2
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1	0,1	6,2	29	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3	2,4	12,7	85	0,5
Итого			450	18,3	13,2	31,1	320	0,7
Всего				45,3	48,1	179,3	1338	27,6