

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

14 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,6	9,7	24,4	210	1,3
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	3,6	8,8	10,2	135	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/			8,9	36	0,41
Итого			432	10,2	18,5	43,5	381	1,71
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	26	0,8	0,1	1,6	10	1
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	2,2	2	13,9	84	3,4
2008	312	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	40/50	13,6	13,1	1,9	181	1,8
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	9	0,6	0,1	3,8	19	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,6	0,1	11,2	53	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200			3,6	15	0
Итого			648	23,2	19	61,6	514	6,2
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ	115	3,8	6,4	23,5	168	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	3,5	3	5,8	64	1,7
Итого			265	7,3	9,4	29,3	232	1,7
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	13,8	10,3	16,2	215	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	195/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,8	0,1	5,1	25	0
Итого			450	14,8	10,5	36,3	300	0,1
Всего				56	57,5	180,6	1470	11,7