

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

20 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	185	5,8	9,5	1,1	114	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1	7,6	6,8	99	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			10,5	42	0
Итого			415	6,8	17,1	18,4	255	0
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,9	28	6
Итого			100	0,2	0,2	5,9	28	6
Обед								
2012	53	ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	30	0,6	2,5	2,2	34	0,8
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	1	1,4	7,4	46	3,6
2008	312	КУРИЦА ТУШЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50/50	13,3	13,6	1,4	181	1,6
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,7	0,1	11,6	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	11	0,7	0,1	4,5	22	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			11,3	45	0
Итого			665	21,7	21,3	64	535	6
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	4,2	3,8	27	158	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	3,7	7	79	2,1
Итого			250	8,4	7,5	34	237	2,1
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	2,8	2,2	18,2	105	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,7	0,1	4,5	22	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	250	1,9	1,6	11,1	66	0,3
Итого			470	5,4	3,9	33,8	193	0,3
Всего				42,5	50	156,1	1248	14,4