

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

21 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,8	9,2	34,7	257	1,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,8	3,5	6	53	0
Итого			430	11,8	12,8	55,7	370	1,3
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								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	10	0,1	2,3	0,1	22	0,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,6	3,9	14	104	13,8
		БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПАРОВОЙ	50	10,7	10,6	5,6	161	0
2008	123	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	115	8,4	1,8	17,7	121	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	11,9	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,5	0,2	9,4	45	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			11,7	47	0
Итого			622	25,1	19	70,4	557	14
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ С САХАРОМ	100	2,8	4,9	17	123	0
	ТК№0	СНЕЖОК	150					0
Итого			250	2,8	4,9	17	123	0
Ужин								
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ	200	15,7	13,9	16	256	0,4
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	250	2,3	1,8	9,5	64	0,4
Итого			450	18	15,7	25,5	320	0,8
Всего				58,2	52,5	178,5	1413	18,1