

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

22 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	30	3,5	7	10,2	70	0
	ТК№0	ЧАЙ С САХАРОМ	180			4	16	0
Итого			415	9,5	15	41,2	289	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Итого			100	0,3	0,3	6,5	31	6,6
Обед								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	70	1,1	4,2	5,5	65	3
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,1	2,6	17,6	102	4,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	55/50	15	16,7	3,6	224	1,7
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,4	3,6	25,6	152	0
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,2	12,9	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,8	0,1	4,9	24	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	17,7	73	1
Итого			712	25,5	27,5	87,8	701	9,9
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	100	3,2	1,2	37,1	171	9,6
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,2	2,8	6,9	69	0,8
Итого			250	7,4	4	44	240	10,4
Ужин								
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	190/20	3,2	0,6	20,1	98	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,8	0,1	4,9	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	4,2	0,8	40	182	0
Всего				46,9	47,6	219,5	1443	27,4