

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

23 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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 5 | 8,1 | 27,9 | 205 | 1,3 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 50 | 3,2 | 4 | 6,8 | 61 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180/15/7 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 | 3 |
| Итого | | | 452 | 8,5 | 12,2 | 49,9 | 328 | 4,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,2 | 0,2 | 5,8 | 28 | 5,9 |
| Итого | | | 100 | 0,2 | 0,2 | 5,8 | 28 | 5,9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 41 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 50 | 0,4 | 1,3 | 2,2 | 22 | 2,7 |
| 2012 | 59 | СВЕКОЛЬНИК | 200 | 1,9 | 2,2 | 11,1 | 72 | 5,9 |
| 2012 | 264 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 70 | 15,8 | 2,7 | 5,5 | 109 | 0,4 |
| 2008 | 123 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 130 | 2,5 | 0,5 | 19,7 | 94 | 17,9 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 26 | 1,9 | 0,2 | 12,6 | 59 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ | 12 | 0,8 | 0,1 | 4,8 | 23 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 11,3 | 46 | 0 |
| Итого | | | 668 | 23,3 | 7 | 67,2 | 425 | 26,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 231 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 105 | 17 | 12 | 18,9 | 256 | 0,2 |
| | | СНЕЖОК | 150 | | | | | 0 |
| Итого | | | 255 | 17 | 12 | 18,9 | 256 | 0,2 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 195 | 2,8 | 2,4 | 24,1 | 130 | 1 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 0,8 | 0,1 | 4,8 | 23 | 0 |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 70 | 6,4 | 5 | 0,2 | 78 | 4,9 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 135 | 2,2 | 2,7 | 8,8 | 70 | 19,7 |
| Итого | | | 450 | 12,2 | 10,2 | 37,9 | 301 | 25,6 |
| Всего | | | | 61,2 | 41,6 | 179,7 | 1338 | 62,9 |