

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

24 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник реце-п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-г ическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МОЛОКОМ	200	3,8	5	13,4	115	0,4
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			8,4	34	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	50	1,6	7,2	10,8	114	0
Итого			445	5,4	12,2	32,6	263	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4,4	21	4,5
Итого			100	0,2	0,2	4,4	21	4,5
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,6	2,8	2,4	37	2,2
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,6	7,8	14	139	12,3
		КУРИЦА В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	14,5	12,2	1,3	173	1,8
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,7	4,6	25,8	168	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,9	0,2	12,6	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,8	0,1	4,9	24	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,1	37	0,5
Итого			678	26,2	27,8	70,1	637	16,8
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	2,5	25,4	140	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,7	3,9	17,4	125	0,8
Итого			250	8,6	6,4	42,8	265	0,8
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170/25	5,4	5,2	20,1	150	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	55	0,8	0,1	4,8	23	0
Итого			450	6,4	5,4	39,9	233	0
Всего				46,8	52	189,8	1419	22,5