

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

10 января 2024 г.

Ясли 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								
2012	416	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,1	6,4	23,6	173	0,6
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,1	5,6	7,6	86	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	155/15			7,1	28	0
Итого			350	6,2	12	38,3	287	0,6
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,6	2,9	2,6	40	5,2
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,5	4,6	12,6	109	2,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	8,3	10,7	16,3	197	11,1
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,1	9,9	47	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	9	0,6	0,1	3,8	18	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	7,8	33	0,7
Итого			509	15,7	18,5	53	444	19,2
Полдник								
		КЕКС СТОЛИЧНЫЙ	70	7	16,3	39,9	334	0
2008		ЙОГУРТ	130	2,7	2	4	64	0,9
Итого			200	9,7	18,3	43,9	398	0,9
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	5,3	6,6	17,8	153	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	0,1	3,8	18	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	155/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	6,1	6,8	34	221	0
Всего				38,2	55,7	179,1	1393	22,7