

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

12 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	6,3	6,4	17,9	155	0,8
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	0,9	7	6,2	91	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			350	7,4	13,5	39,1	306	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5	24	5,1
Итого			100	0,2	0,2	5	24	5,1
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	30	0,7	4	1,6	46	3,5
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,2	3,6	14,7	101	2
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	16,4	2,9	1,7	98	1,7
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	4,8	4	28,2	168	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,5	45	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	9	0,6	0,1	3,7	18	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			10,9	44	0
Итого			519	26,2	14,7	70,3	520	7,2
Полдник								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	70	1	2,5	7,6	58	0,7
2008		ЙОГУРТ	130	2,5	1,9	3,8	61	0,9
Итого			200	3,5	4,4	11,4	119	1,6
Ужин								
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	205	0,6	1,5	4,6	34	2,3
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	0,1	3,7	18	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	1,4	1,7	20,7	102	2,3
Всего				38,7	34,5	146,5	1071	17