

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

15 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 | 215 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 5,1 | 8,3 | 1,4 | 100 | 0,1 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ | 25 | 3,2 | 8,6 | 8,5 | 124 | 0,1 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ | 160/15 | | | 5,5 | 22 | 0 |
| Итого | | | 350 | 8,3 | 16,9 | 15,4 | 246 | 0,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,2 | 44 | 0,8 |
| Итого | | | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,2 | 44 | 0,8 |
| Обед | | | | | | | | |
| к/к | к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый | 30 | 0,9 | 0,1 | 1,8 | 11 | 1,2 |
| 2012 | 70 | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 150 | 2,2 | 13 | 12,2 | 178 | 10,6 |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА | 50 | 11,2 | 9,5 | 0,9 | 133 | 0,3 |
| 2008 | 324 | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | 110 | 2,8 | 2,1 | 17,5 | 100 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | 18 | 1,2 | 0,2 | 7,4 | 36 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 9 | 0,7 | 0,1 | 4,3 | 20 | 0 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 0,2 | 0,2 | 20,9 | 86 | 1,5 |
| Итого | | | 517 | 19,2 | 25,2 | 65 | 564 | 13,6 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 496 | КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ | 70 | 1,7 | 4,5 | 18,1 | 120 | 0 |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 130 | 2 | 1,6 | 6,1 | 47 | 0,3 |
| Итого | | | 200 | 3,7 | 6,1 | 24,2 | 167 | 0,3 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | 205 | 4 | 6,5 | 22,3 | 164 | 1 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 0,7 | 0,1 | 4,3 | 20 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/15 | 0,2 | 0,1 | 12,4 | 50 | 0 |
| Итого | | | 400 | 4,9 | 6,7 | 39 | 234 | 1 |
| Всего | | | | 36,6 | 55 | 153,8 | 1255 | 15,9 |