

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

27 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № тех. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины С, |
|-------------------|--------------|---------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|-------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 416 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ | 150 | 3,6 | 4,8 | 20,4 | 140 | 0,4 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ | 30 | 1,9 | 6,2 | 2,2 | 75 | 0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150/15/7 | 0,2 | 0,1 | 12,6 | 52 | 2,5 |
| Итого | | | 352 | 5,7 | 11,1 | 35,2 | 267 | 2,9 |
| 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 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 30 | 0,3 | 3 | 1,9 | 36 | 0,9 |
| 2012 | 67 | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ | 150 | 1,3 | 1,7 | 6,8 | 49 | 7,8 |
| 2008 | 258 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 160 | 6,3 | 6,3 | 15,1 | 143 | 8 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 14 | 1 | 0,1 | 6,7 | 31 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 7 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 14 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 9,3 | 37 | 0 |
| Итого | | | 497 | 9,3 | 11,2 | 42,6 | 310 | 16,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 117 | ОЛАДЬИ С МАСЛОМ | 70 | 4,9 | 6,3 | 4,9 | 96 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/15 | 0,2 | 0,1 | 12,4 | 50 | 0 |
| Итого | | | 235 | 5,1 | 6,4 | 17,3 | 146 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 60 | 6,1 | 4,9 | 0,9 | 79 | 4,7 |
| 2012 | 417 | КАША ПШЕННАЯ | 120 | 2,7 | 3,3 | 16,9 | 109 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 0,4 | 0,1 | 2,8 | 14 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 175/15 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| Итого | | | 400 | 9,4 | 8,4 | 35,6 | 262 | 4,7 |
| Всего | | | | 29,7 | 37,3 | 136,5 | 1013 | 30,2 |