

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

28 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2021		КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	145	1,4	2,6	16,4	94	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,3	7,7	8,7	109	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/ 7	0,2	0,1	12,6	52	2,5
Итого			352	2,9	10,4	37,7	255	2,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,2	25	5,3
Итого			100	0,2	0,2	5,2	25	5,3
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,6	1,7	2,9	31	9
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	2,3	2,3	14,7	90	3
2012	321	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	110	7,4	1,9	15,5	108	0
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ	50	6,6	3,2	4,9	76	1,7
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	7	0,5		3,2	15	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	14	0,9	0,1	5,8	28	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	5,8	25	0,7
Итого			511	18,4	9,3	52,8	373	14,4
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	18	13,9	14,7	260	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			245	18,2	14	27,1	310	0,2
Ужин								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	185	2,7	2,1	17,1	99	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5		3,2	15	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	3,4	2,2	32,7	164	0
Всего				43,1	36,1	155,5	1127	22,4