

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

9 января 2024 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	170	6,3	10	2,8	126	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	4,1	9,5	11,2	148	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15/			12,9	52	0,01
Итого			400	10,4	19,5	26,9	326	0,51
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,9	44	4
Итого			100	0,4	0,4	9,9	44	4
Обед								
2012	70	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	0,4	3,8	2,1	45	0,7
2008	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200	3,1	5,3	32,2	190	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,8	0,1	5,2	25	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2	0,2	13,1	62	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180			4,8	19	0
Итого			600	6,3	9,4	57,4	341	1,5
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ	100	3,6	5,1	23,4	155	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,1	1,8	11,9	74	0,4
Итого			250	5,7	6,9	35,3	229	0,4
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	210	5,9	8,7	22	189	1,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,8	0,1	5,2	25	0
Итого			450	6,9	8,9	42,2	274	1,2
Всего				29,7	45,1	171,7	1214	7,61