

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

12 января 2024 г.

Сад 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	170	7,4	7,7	21,4	186	1
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,2	9,3	8,3	121	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			8,8	35	0
Итого			400	8,6	17	38,5	342	1
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	50	1	6,7	2,9	77	5,8
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	2,9	4,9	19,9	135	2,8
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	17,1	3	8,8	130	1,7
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	5,7	4,7	33,3	198	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,9	0,2	12,7	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,8	0,1	5	24	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180			14,5	58	0
Итого			648	29,4	19,6	97,1	682	10,3
Полдник								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	100	1	2,5	7,6	58	0,7
2008		ЙОГУРТ	150	2,5	1,9	3,8	61	0,9
Итого			250	3,5	4,4	11,4	119	1,6
Ужин								
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ	210	0,9	0,2	6,9	33	6,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,8	0,1	5	24	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	1,9	0,4	26,9	117	6,2
Всего				43,6	41,6	178,9	1284	24,2