

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

15 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	6,4	8,9	1,6	112	0,1
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	3,3	10	10,8	146	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			6,5	26	0
Итого			400	9,7	18,9	18,9	284	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 ОТВАРНОЙ	50	0,9	0,1	1,8	11	1,2
2012	70	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	2,7	15,4	13,2	205	12
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	15,7	14,2	1,4	195	0,4
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	130	3,3	2,4	20,4	117	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,6	0,2	10	48	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	12	0,9	0,1	5,7	27	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,2	0,2	25,1	104	1,8
Итого			646	25,3	32,6	77,6	707	15,4
Полдник								
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	100	2,1	5,7	24,2	157	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,2	1,9	7,6	57	0,3
Итого			250	4,3	7,6	31,8	214	0,3
Ужин								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	210	5,3	8,5	29,3	216	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,9	0,1	5,7	27	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	6,4	8,7	50	303	1,4
Всего				46,2	67,9	188,5	1552	18,1