

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

## МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	180	5,1	6,1	19,1	153	0,5
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4	6,8	61	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>8,5</b>	<b>10,2</b>	<b>40,5</b>	<b>273</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	5,8	28	5,9
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,8</b>	<b>28</b>	<b>5,9</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,4	1,6	1,1	22	1,1
2012	58	СВЕКОЛЬНИК	180	1,7	3,1	9	72	4,9
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	55	14,6	17,4		215	0,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	20	0,7	3,3	2,2	42	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6	33,6	218	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,7	0,1	11,3	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,4	21	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			12,8	51	0
<b>Итого</b>			<b>648</b>	<b>27,2</b>	<b>31,6</b>	<b>74,4</b>	<b>694</b>	<b>6,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ	100	4,5	4,3	38,8	185	0
2008		ЙОГУРТ	150	6,4	4,1	11	112	0,8
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>10,9</b>	<b>8,4</b>	<b>49,8</b>	<b>297</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	14,2	9,8	12,4	198	0,2
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,7	0,1	4,4	21	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,8	2,4	23,8	129	1
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>17,7</b>	<b>12,3</b>	<b>40,6</b>	<b>348</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>64,5</b>	<b>62,7</b>	<b>211,1</b>	<b>1640</b>	<b>15</b>