

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

25 декабря 2023 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								
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	2,9	4,1	18,4	123	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	3,4	12,1	8,9	159	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/7			12,1	49	0,51
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,3	0,1	32	0
Итого			407	8,8	18,5	39,5	363	0,51
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,9	44	4
Итого			100	0,4	0,4	9,9	44	4
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	1,3	11,3	3,5	123	7,3
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70	10,7	10,9	8,6	176	0,1
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,4	3,6	25,6	152	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	9	0,6	0,1	3,8	18	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,7	0,1	11,3	54	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	7,6	33	1,2
Итого			642	19,7	26,2	62,2	567	9,8
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	85	5,1	4,8	22,4	131	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,3	2,9	28,3	153	1,1
Итого			255	8,4	7,7	50,7	284	1,1
Ужин								
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	200	2,4	3,9	17,1	113	12,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	50	0,8	0,1	5,2	25	0
Итого			450	3,4	4,1	37,3	198	12,7
Всего				40,7	56,9	199,6	1456	28,1