

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

2 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	160	3,1	2,9	11,7	85	0,2
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	1,5	3	10,5	75	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15			7	28	0
Итого			350	4,6	5,9	29,2	188	0,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	7,1	34	7,3
Итого			100	0,3	0,3	7,1	34	7,3
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	15	0,4	3,8	1,6	42	0,6
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	150	2	3,4	17,2	108	4,2
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	8,4	1,4	2,3	55	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	85	1,7	3	11,3	78	2,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	7,7	36	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	6	0,4	0,1	2,6	12	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	130			15,9	64	0
Итого			452	14,1	11,8	58,6	395	7,7
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	10,6	7,5	10,6	153	0,1
2008		ЙОГУРТ	120	5,7	3,6	9,6	98	0,7
Итого			200	16,3	11,1	20,2	251	0,8
Ужин								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180	6,3	11	8,5	159	0,7
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,6	0,1	3,7	18	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,8	2,3	13	84	0,4
Итого			400	9,7	13,4	25,2	261	1,1
Всего				45	42,5	140,3	1129	17,1