

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

МЕНЮ

19 января 2024 г.

Ясли 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,2	3,5	16	112	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	3,9	8,8	10,4	137	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15			7	28	0
Итого			350	8,1	12,3	33,4	277	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			125	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,3	4,7	2,3	53	5,5
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	150	1,3	4,8	10,6	91	2,6
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	16,1	2,1	9,3	121	0,5
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	4,4	4,4	25,1	157	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,4	40	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,3	16	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	150			17,1	68	0
Итого			515	23,9	16,2	76,1	546	8,6
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	70	10,7	7,8	11,5	161	0,1
2008		ЙОГУРТ	130	6,5	4,1	11	112	0,8
Итого			200	17,2	11,9	22,5	273	0,9
Ужин								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	205	7,1	7,6	17,5	167	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	0,1	3,2	15	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	165	2,9	2,5	13,7	89	0,5
Итого			400	10,5	10,2	34,4	271	1,1
Всего				60,2	50,7	176,3	1410	13