

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

_____/О.М.Трунова/

МЕНЮ
22 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	95	5,5	7,8	2,6	103	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25	3	6,4	8,2	103	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15/7			10,4	42	0,01
Итого			292	8,5	14,2	21,2	248	0,51
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	60	0,2	0,2	4,2	19	1,7
Итого			60	0,2	0,2	4,2	19	1,7
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	16	0,5		1,1	6	0,6
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	2,2	3,5	15,5	103	3,4
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	14,2	16,4		204	0,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	0,6	1,6	2,8	29	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,3	5,1	28,4	184	0
2008		ХЛЕБ -РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,3	16	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,4	40	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	5,9	25	0,7
Итого			541	25,7	26,9	65,4	607	5,3
Полдник								
2012	449	ОЛАДЫ	70	3,4	5,3	20,9	143	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	135	2,6	2,1	10,5	72	0,4
Итого			205	6	7,4	31,4	215	0,4
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,9	7,3	18,3	158	1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,2	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	8	0,5	0,1	3,3	16	0
Итого			323	5,6	7,5	33,8	223	1
Всего				46	56,2	156	1312	8,91