

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17**МЕНЮ**
6 февраля 2024 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	165	3,9	4,6	23,5	152	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,4	4,2	3	52	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	175/15	0,2	0,1	13,5	54	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,3	0,1	32	0
Итого			400	7	11,2	40,1	290	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4	19	4,1
Итого			100	0,2	0,2	4	19	4,1
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	0,6	3	3,5	44	1,6
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,6	3,2	13,4	102	4,3
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	80	15,1	12,8	2	184	0,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,3	2,4	16,5	97	8,1
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	16	0,5	0,2	3,5	18	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,4	0,2	9,1	44	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	160			14,5	58	0
Итого			600	24,5	21,8	62,5	547	14,2
Полдник								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	70	2	3	21,7	122	1,2
2008		ЙОГУРТ	180	6,7	4,3	11,3	116	0,8
Итого			250	8,7	7,3	33	238	2
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9,2	6,9	12,7	158	5,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	166	2,2	2,2	14,5	87	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,7	0,1	11,6	55	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	11,5	84	0,5
Итого			450	16,4	11,9	50,3	384	5,9
Всего				56,8	52,4	189,9	1478	26,6