

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

# МЕНЮ

19 января 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5	4	19	134	0,4
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25	3,8	8,7	10,4	135	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			8,4	34	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,8</b>	<b>12,7</b>	<b>37,8</b>	<b>303</b>	<b>0,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,6	6,8	3,4	78	9,2
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	180	1,9	5	16,1	118	3,1
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	16,1	2,1	9,3	120	0,5
2008	181	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,4	4,4	25,1	157	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,7	0,1	11,3	53	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,4	21	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			20,3	81	0
<b>Итого</b>			<b>643</b>	<b>25,4</b>	<b>18,5</b>	<b>89,9</b>	<b>628</b>	<b>12,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	15	10,5	15,8	221	0,2
2008		ЙОГУРТ	150	6,4	4,1	11	112	0,8
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>21,4</b>	<b>14,6</b>	<b>26,8</b>	<b>333</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	210	8,6	9,1	20,8	200	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,7	0,1	4,3	21	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	13,7	89	0,5
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>12,2</b>	<b>11,7</b>	<b>38,8</b>	<b>310</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего</b>				<b>68,3</b>	<b>57,6</b>	<b>203,2</b>	<b>1617</b>	<b>17,6</b>