

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

/О.М.Трунова/

## МЕНЮ

22 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	218	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	150	6,5	9,4	3,2	123	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	55	3,9	8,3	10,6	134	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15/			12,3	49	0,01
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10,4</b>	<b>17,7</b>	<b>26,1</b>	<b>306</b>	<b>0,51</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,9	44	4
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,9</b>	<b>44</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ГОРОШЕК_ЗЕЛЕНЫЙ	50	0,8	0,1	1,7	11	1,1
2012	75	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	2,7	4,1	18,8	122	3,9
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	70	14,2	16,4		204	0,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	30	0,8	2	3,2	35	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	7,4	6	33,6	218	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,7	0,1	4,4	21	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,7	0,1	11,3	53	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	6,6	28	0,8
<b>Итого</b>			<b>653</b>	<b>28,4</b>	<b>28,9</b>	<b>79,6</b>	<b>692</b>	<b>6,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	449	ОЛАДЫИ	100	3,3	5,3	20,5	142	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,6	12,7	87	0,5
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>6,4</b>	<b>7,9</b>	<b>33,2</b>	<b>229</b>	<b>0,5</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	210	5,9	8,7	22	189	1,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,7	0,1	4,4	21	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>6,8</b>	<b>8,9</b>	<b>41,4</b>	<b>270</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>63,8</b>	<b>190,2</b>	<b>1541</b>	<b>12,6</b>