

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

# МЕНЮ

31 января 2024 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	2,9	4,9	13,5	109	0,3
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	0,6	1,2	1,7	12	0
	ТК№0	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/	0,1		3,7	18	2,2
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,3	0,1	32	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,1</b>	<b>8,4</b>	<b>19</b>	<b>171</b>	<b>2,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	103	0,5	0,1	10,1	43	0,8
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>43</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,6
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,4	2,9	7,9	65	7,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	180	7	8,3	10,6	144	5,4
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,8	0,1	5	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,3		1,8	9	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,2	0,2	20,9	86	1,5
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>9,9</b>	<b>11,5</b>	<b>46,7</b>	<b>332</b>	<b>16,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	70	1,1	1,7	12,1	68	0,6
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,2	2,1	5,1	52	0,6
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>4,3</b>	<b>3,8</b>	<b>17,2</b>	<b>120</b>	<b>1,2</b>
<b>Ужин</b>								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	200	2,2	7,1	11,3	117	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,6	0,1	3,5	17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,3	57	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>3</b>	<b>7,3</b>	<b>29,1</b>	<b>191</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>23,8</b>	<b>31,1</b>	<b>122,1</b>	<b>857</b>	<b>20,6</b>