

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

# МЕНЮ

1 марта 2024 г.

## Ясли 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	150	3,1	1,9	11,5	75	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35	2,2	3	4,3	54	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15			7	28	0
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>5,3</b>	<b>4,9</b>	<b>22,8</b>	<b>157</b>	<b>0,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	150	1,3	5,8	10,5	100	3,7
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	7	0,9	1,3	41	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	1,5	2,6	9,7	68	2,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	0,6		3,6	17	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	13	0,2		1,1	5	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	150			11,8	47	0
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>10,6</b>	<b>9,3</b>	<b>38</b>	<b>278</b>	<b>6,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	10,1	6,9	10,9	148	0,1
2008		ЙОГУРТ	100	4,1	2,6	7	72	0,5
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>14,2</b>	<b>9,5</b>	<b>17,9</b>	<b>220</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	170	5	4,6	6,4	87	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3		2,1	10	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>5,5</b>	<b>4,7</b>	<b>23,5</b>	<b>157</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>36,1</b>	<b>28,5</b>	<b>112,1</b>	<b>855</b>	<b>9,6</b>