

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

5 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 145 | 2,8 | 2,4 | 13,1 | 85 | 0,4 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 20 | 0,4 | 1 | 2,7 | 22 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/15 | 0,2 | 0,1 | 12,4 | 50 | 0 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 20 | 2,5 | 2,3 | 0,1 | 32 | 0 |
| Итого | | | 350 | 5,9 | 5,8 | 28,3 | 189 | 0,4 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 0,1 | 0,1 | 2,2 | 11 | 2,3 |
| Итого | | | 100 | 0,1 | 0,1 | 2,2 | 11 | 2,3 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 150 | 3,8 | 2,7 | 11,2 | 85 | 3,6 |
| 2008 | 292 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) | 55 | 8,4 | 7,1 | 1,4 | 103 | 0,1 |
| 2008 | 181 | КАША ПШЕНИЧНАЯ | 90 | 5,7 | 4,7 | 33,3 | 198 | 0 |
| 2012 | 115 | ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА | 4 | 0,6 | 0,2 | 3,8 | 20 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 0,7 | 0,1 | 4,2 | 20 | 0 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ | 140 | | | 13,8 | 55 | 0 |
| Итого | | | 454 | 19,2 | 14,8 | 67,7 | 481 | 3,7 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 427 | ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ | 50 | 2,6 | 1,4 | 19,5 | 101 | 0,4 |
| 2008 | | ЙОГУРТ | 150 | 5,6 | 3,6 | 9,6 | 98 | 0,7 |
| Итого | | | 200 | 8,2 | 5 | 29,1 | 199 | 1,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 290 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 60 | 7,1 | 7,6 | 3,9 | 120 | 4,8 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 1,4 | | 7,9 | 39 | 9,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 0,9 | 0,1 | 6 | 28 | 0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 | 0 |
| Итого | | | 400 | 9,6 | 7,8 | 32,8 | 247 | 14,5 |
| Всего | | | | 43 | 33,5 | 160,1 | 1127 | 22 |