

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

12 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	160	3,7	3	13	94	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,9	2,2	2,7	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			350	5,8	5,3	28,1	182	0,4
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	150	2,3	2,2	13,8	84	3,4
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	45	12,8	14,7		183	0,6
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	6,3	5,1	28,4	184	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,8	0,1	5	24	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,3		1,9	9	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	150			11,4	46	0
Итого			470	22,5	22,1	60,5	530	4
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	50	5,2	4,3	17,9	114	0
2008		ЙОГУРТ	150	7,4	4,7	12,6	129	0,9
Итого			200	12,6	9	30,5	243	0,9
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	4,3	3,9	10,9	97	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,3		1,9	9	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			400	4,8	4	27,8	166	0
Всего				46,2	40,5	156,8	1164	7,3