

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

13 февраля 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	140	3,9	4,8	13,9	115	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,9	2,4	4,1	37	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	8,5	9,6	30,5	234	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,6	32	6,8
Итого			100	0,3	0,3	6,6	32	6,8
Обед								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК	150	2	2,5	12,1	81	6,4
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	45	12,7	14,1		178	0,6
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	15	0,2	0,7	0,8	11	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	5,1	4,2	23,3	151	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,1	0,1	7	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	4	0,3		1,8	9	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	150			10,7	43	0
Итого			468	21,4	21,6	55,7	506	7
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	50	6,5	5	19,8	132	0
2008		ЙОГУРТ	150	5	3,2	8,6	88	0,6
Итого			200	11,5	8,2	28,4	220	0,6
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	3,9	4,7	12,4	110	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,5	0,1	3,5	17	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,4	2,1	20,9	113	0,8
Итого			400	6,8	6,9	36,8	240	0,8
Всего				48,5	46,6	158	1232	15,6