

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

13 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	165	3,3	3,4	15,4	105	0,3
2012	3	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20	1,4	2,8	4,1	28	0
	ТК№0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15/			2,8	12	0
Итого			350	4,7	6,2	22,3	145	0,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11	47	0,9
Итого			100	0,6	0,1	11	47	0,9
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,8	1,3	10,6	63	7,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	50	10,7	10	8,8	168	11,2
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	5,7	4,7	33,3	198	0
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5,2	25	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	4	0,3		1,8	9	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	12,8	53	1,1
Итого			494	19,4	16,2	72,5	516	20
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	50	4,2	4,5	23	149	0,57
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	135/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			200	4,4	4,6	38	209	0,57
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	180	2	4,3	8,9	82	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3		1,8	9	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	175/15	0,2	0,1	14,3	57	0
Итого			400	2,5	4,4	25	148	0
Всего				31,6	31,5	168,8	1065	21,7