

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	155	3,2	3,8	14,7	108	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,2	1,5	2,5	22	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15			7,5	30	0
Итого			350	4,4	5,3	24,7	160	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	7,7	37	7,8
Итого			100	0,3	0,3	7,7	37	7,8
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	15	0,2	0,8	1,2	13	3,7
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	5,5	1,9	15,8	103	3,1
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	30	7,6	7,4	2,8	109	5,1
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	2,8	3,2	18,7	115	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,3	34	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	6	0,4	0,1	2,3	11	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	145	0,1		16,5	66	0
Итого			451	17,7	13,5	64,6	451	11,9
Полдник								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	50	1,6	2,5	18	101	1
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,7	2,4	9,5	71	0,5
Итого			200	4,3	4,9	27,5	172	1,5
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	5,5	4,8	1,4	77	4,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	155	2,1	2,1	13,7	82	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	0,1	3,5	17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	8,4	7,1	31	226	4,1
Всего				35,1	31,1	155,5	1046	25,7