

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

# МЕНЮ

1 марта 2024 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	3,6	2,2	13	85	0,3
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	2,7	3,5	5,6	65	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	170/15			8	32	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,3</b>	<b>5,7</b>	<b>26,6</b>	<b>182</b>	<b>0,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	170	1,7	6,4	13,6	119	4,2
2012	264	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	8,9	0,9	1,6	50	0,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,8	3,2	11,9	83	2,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,2	0,1	7,4	35	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,4	0,1	2,5	12	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180			13,9	56	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>14</b>	<b>10,7</b>	<b>50,9</b>	<b>355</b>	<b>7,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	12,2	7,9	12,8	173	0,1
2008		ЙОГУРТ	130	5,4	3,5	9,2	94	0,6
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>17,6</b>	<b>11,4</b>	<b>22</b>	<b>267</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	210	6,4	6	8	110	0,7
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,5	0,1	2,8	14	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>7,1</b>	<b>6,2</b>	<b>25,8</b>	<b>184</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>45,5</b>	<b>34,1</b>	<b>135,2</b>	<b>1031</b>	<b>11</b>