

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

# МЕНЮ

11 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	170	5,8	5,8	1,4	81	0,1
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28	2,8	4,4	3,3	64	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/	0,3	0,1	14,8	61	2,9
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,9</b>	<b>10,3</b>	<b>19,5</b>	<b>206</b>	<b>3,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11	47	0,9
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	<b>0,9</b>
<b>Обед</b>								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,4	0,4	8	42	8,6
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	85	13,9	11,5	5,6	181	0,2
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	4,1	4,6	27	166	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,8	0,1	4,9	24	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	0,5		3,4	16	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,3	46	0,6
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>20,8</b>	<b>16,7</b>	<b>60,2</b>	<b>475</b>	<b>9,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	70	1,2	1,9	13,6	76	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	165/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>1,4</b>	<b>2</b>	<b>28,6</b>	<b>136</b>	<b>0,7</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	210	5,3	8,5	29,3	216	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,5		3,4	16	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>6</b>	<b>8,6</b>	<b>47,7</b>	<b>292</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>37,7</b>	<b>37,7</b>	<b>167</b>	<b>1156</b>	<b>15,5</b>