

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

13 февраля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	150	4,1	5,1	14,8	123	0,4
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,7	3,4	5,9	52	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	14,6	59	0
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,3	0,1	32	0
Итого			400	9,5	10,9	35,4	266	0,4
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,6	32	6,7
Итого			100	0,3	0,3	6,6	32	6,7
Обед								
2012	58	СВЕКОЛЬНИК	205	2,5	3,1	14,5	96	7,6
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	55	15,2	17,1		215	0,7
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	20	0,3	0,9	1,3	15	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,7	4,6	25,8	168	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,5	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	19	0,5	0,1	3,5	17	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180			13	52	0
Итого			600	25,8	25,9	68,6	612	8,3
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	70	9,3	6,7	28,3	185	0
2008		ЙОГУРТ	180	6	3,9	10,3	105	0,7
Итого			250	15,3	10,6	38,6	290	0,7
Ужин								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	210	4,1	5,1	13,2	117	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,7	0,1	4,6	22	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,5	24,6	133	1
Итого			420	7,7	7,7	42,4	272	1
Всего				58,6	55,4	191,6	1472	17,1