

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

13 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	170	4	3,8	18,4	125	0,4
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,9	3,8	5,5	38	0
	ТК№0	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15/			3,4	14	0
Итого			400	5,9	7,6	27,3	177	0,4
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	180	2,1	1,5	12,8	74	9
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70	10,7	10	8,7	168	11,3
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	5,7	4,7	33,3	198	0
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1	0,1	6,9	33	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	0,1	2,4	12	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	15,4	64	1,4
Итого			600	20	16,5	79,5	549	21,7
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ	70	4,2	4,7	22,7	149	0,56
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	165/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			250	4,4	4,8	37,7	209	0,56
Ужин								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	210	11,5	9,6	12,1	182	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,4	0,1	2,4	12	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	12,1	9,8	29,5	254	0,1
Всего				43	38,8	185	1236	23,6