

Утверждаю

Заведующий  
МБ ДОУ № 17

# МЕНЮ

14 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>								
2021		ПЛОВ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ С ЯБЛОКАМИ	160	1,5	1,8	19,5	101	0,3
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38	2,2	2,6	2,8	44	0
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>4</b>	<b>4,5</b>	<b>37,1</b>	<b>206</b>	<b>3,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,5	31	6,6
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>6,5</b>	<b>31</b>	<b>6,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	6,7	2,2	19,5	125	3,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	11,4	10	16,9	204	9,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1	0,1	6,6	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО - ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4		2,3	11	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1		17,5	71	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>19,6</b>	<b>12,3</b>	<b>62,8</b>	<b>442</b>	<b>12,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	427	ШАРЛОТКА С ЯБЛОКАМИ	70	7,4	5,4	32,8	209	1,3
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,8	77	3,6
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,3</b>	<b>5,6</b>	<b>50,6</b>	<b>286</b>	<b>4,9</b>
<b>Ужин</b>								
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	5,5	4,9	1,1	77	4,1
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	1,9	2,9	12,5	84	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	0,4		2,3	11	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8</b>	<b>7,9</b>	<b>30,9</b>	<b>232</b>	<b>4,1</b>
<b>Всего</b>				<b>40,2</b>	<b>30,6</b>	<b>187,9</b>	<b>1197</b>	<b>31,6</b>