

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17**МЕНЮ**
15 марта 2024 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник реце- п-тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская ценност ь, ккал	Вит а-м ин С,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-в оды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	170	2,2	1,1	11,4	64	0
2008	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	2,3	2,6	2,3	43	0,1
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	170/15			8	32	0
Итого			400	4,5	3,7	21,7	139	0,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,2	0,2	4,8	23	4,9
Итого			100	0,2	0,2	4,8	23	4,9
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,1	0,4	13,9	68	3,1
2008	265	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	160	11,6	14,9	25,1	280	0,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,1	0,1	6,8	32	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,4	0,1	2,4	12	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180			14,6	58	0
Итого			600	15,2	15,5	62,8	450	3,4
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	13,1	8,6	15	193	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	110	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			250	13,6	8,7	24,9	236	2,1
Ужин								
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	210	4,4	5,1	6	87	0,5
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,4	0,1	2,3	11	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	5	5,3	23,3	158	0,5
Всего				38,5	33,4	137,5	1006	11