

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

26 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	168	6,3	8,8	2,3	113	0,2
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30	3,6	10,2	10,2	148	0,1
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/	0,3	0,1	14,8	61	2,9
Итого			400	10,2	19,1	27,3	322	3,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	11,7	50	1
Итого			100	0,6	0,1	11,7	50	1
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК_ЗЕЛЕНый	25	0,5		1,1	7	0,7
2012	70	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	180	2,6	7,5	12	127	11
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65	14,2	12,8	1,4	178	0,3
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	100	3,9	3,3	23,1	137	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,3	0,2	8,3	40	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,8	0,1	5,4	25	0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180			9,1	37	0
Итого			600	23,3	23,9	60,4	551	12
Полдник								
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	70	3,7	5,6	33,4	200	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	8,9	68	0,5
Итого			250	6,4	7,9	42,3	268	0,5
Ужин								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	210	5,3	8,5	29,3	216	1,4
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,8	0,1	5,4	25	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	195/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	6,3	8,7	49,7	301	1,4
Всего				46,8	59,7	191,4	1492	18,1