

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Ясли 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,9	38,8	252	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	28		4		36	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/15/			11,4	46	0,3
Итого			350	8,5	10,9	50,2	334	0,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,6	32	6,8
Итого			100	0,3	0,3	6,6	32	6,8
Обед								
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,5	0,9	10,1	54	1,4
		КУРИЦА В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	16,9	13	7,4	217	7,9
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	2,7	3,1	19,1	115	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	4,7	22	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,2		1,4	7	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	145	0,1		16,2	65	0
Итого			465	22,1	17,1	58,9	480	9,3
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	13,6	9,9	14,5	205	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			200	14,1	10	24,4	248	2,1
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	55	3,3	15,2	0,9	153	1,1
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,7	23,3	147	20,8
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	0,1	2,5	12	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	50	0
Итого			400	6,8	20,1	39,1	362	21,9
Всего				51,8	58,4	179,2	1456	40,4