

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

15 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	170	4,7	6,4	21,4	162	1
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,2	0,4	7,9	41	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15			8,7	35	0
Итого			400	5,9	6,8	38	238	1
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,9	44	4
Итого			100	0,4	0,4	9,9	44	4
Обед								
2008	312	КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	14,8	12,8		175	0,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180	0,3		2,3	11	1,1
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	2,8	0,3	18	86	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,5	0,1	2,9	14	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,5	0,1	9,8	46	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180			3,2	13	0
Итого			600	19,9	13,3	36,2	345	1,7
Полдник								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	1,9	0,3	16,5	75	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,7	3,2	6,1	69	0,7
Итого			150	5,6	3,5	22,6	144	0,7
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	12,5	7,7	12,9	175	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,5	0,1	2,9	14	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	13,2	7,9	30,8	249	0,1
Всего				45	31,9	137,5	1020	7,5