

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

20 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		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	152	2,2	6	11	107	0
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	26	1,8	2,3		29	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/	0,3	0,1	14,8	61	2,9
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,5	2,3	0,1	32	0
Итого			400	6,8	10,7	25,9	229	2,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,3	0,3	6,3	30	6,5
Итого			100	0,3	0,3	6,3	30	6,5
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,7	2	13,6	85	14,3
2008	266	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	170	10	14,7	25,1	272	0,4
	ТК №003	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,4	0,1	8,7	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	0,1	2,8	14	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180			9,2	37	0
Итого			600	14,5	16,9	59,4	449	14,7
Полдник								
		КЕКС СТОЛИЧНЫЙ	75	5,6	2,6	33,6	179	0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	175	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			250	6,1	2,7	43,5	222	2
Ужин								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	13	11,5	14,5	216	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	0,4	0,1	2,8	14	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			450	13,6	11,7	32,3	290	0,1
Всего				41,3	42,3	167,4	1220	26,2