

Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17**МЕНЮ**
22 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	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	160	3,8	4,8	39,7	217	0
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38		5,7	0,1	51	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/15/			13,1	53	0,4
Итого			400	3,8	10,5	52,9	321	0,4
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	180	1,9	1,1	11,7	63	1,7
		КУРИЦА В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	15,1	13		178	0,7
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3	3,5	21,2	128	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,5	0,1	9,4	45	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	0,1	2,5	12	0
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180	0,1		19,4	78	0
Итого			600	22	17,8	64,2	504	2,4
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	13,6	9,7	14,2	201	0,1
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,9	65	3
Итого			250	14,4	9,9	29,1	266	3,1
Ужин								
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	60	3,6	15,9	1	162	1,2
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	160	1,5	2,4	11,9	75	10,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	0,1	3,5	17	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	14,3	57	0
Итого			450	5,8	18,5	30,7	311	11,8
Всего				46,3	57	183,5	1434	24,5