

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

_____/О.М. Трунова/

МЕНЮ

3 февраля 2026 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	180	5,8	6,8	24,9	185	0,2
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	3,3	7,3	11,6	126	0
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/	0,1		9,9	41	1,1
Итого			410	9,2	14,1	46,4	352	1,3
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
Итого			100	0,4	0,4	9,8	47	10
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,7	2,5	3,7	42	12,1
2012	402	СУП РИСОВЫЙ	180	1	3,6	11,6	83	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ КУРИНОЕ	180	9,2	10,1	19,3	206	10,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			14	56	0
Итого			640	14,4	16,6	71,3	495	22,9
Полдник								
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	2,9	7	35,3	215	0
2008		ЙОГУРТ	200	4	3	6	96	1,4
Итого			250	6,9	10	41,3	311	1,4
Ужин								
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	11,1	11,3	4,8	179	7,9
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	5,7	4,7	33,3	198	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10			10,8	43	0
Итого			425	18,6	16,2	61	477	7,9
Всего				49,5	57,3	229,8	1682	43,5