

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

\_\_\_\_\_/О.М. Трунова/

# МЕНЮ

10 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,8	6,8	25	185	0,2
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	35	3,8	5,7	12	115	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10			9,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>9,6</b>	<b>12,5</b>	<b>46,7</b>	<b>339</b>	<b>0,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,2	4,1	25,1	122	0
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	70	8,5	6,3	9,5	130	0
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	130	5,7	4,7	33,3	198	0
		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
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>21,1</b>	<b>15,5</b>	<b>105</b>	<b>617</b>	<b>1,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5,3	0,7	41,7	194	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3	15	102	0,6
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,9</b>	<b>3,7</b>	<b>56,7</b>	<b>296</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	9,8	5,4	9,5	198	20,4
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,5	2	6,3	50	13,1
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,1	4	32,7	179	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10			15,6	62	0
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>16,2</b>	<b>11,6</b>	<b>76,2</b>	<b>546</b>	<b>33,5</b>
<b>Всего</b>				<b>56,2</b>	<b>43,7</b>	<b>294,4</b>	<b>1845</b>	<b>45,6</b>