

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

\_\_\_\_\_/О.М. Трунова/

# МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Ясли 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	150	4,9	5,7	21	156	0,2
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	2,7	6,4	10,3	111	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	170/5			9,2	37	0
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>7,6</b>	<b>12,1</b>	<b>40,5</b>	<b>304</b>	<b>0,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	45	9,5
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,3</b>	<b>45</b>	<b>9,5</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,2		0,3	3	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,5	3,2	13,2	91	2,7
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	50	4,7	4,4	6,7	86	5,6
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	4,8	4	28,2	168	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150			11,5	46	0
<b>Итого</b>			<b>520</b>	<b>15</b>	<b>11,9</b>	<b>78,1</b>	<b>481</b>	<b>9,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,8	6,7	29,9	196	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,1	2,5	12,4	85	0,5
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>9,2</b>	<b>42,3</b>	<b>281</b>	<b>0,5</b>
<b>Ужин</b>								
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	9,3	9,6	4,1	150	6,6
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,2	1,9	5,1	43	10,9
2008	323	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,6	3,4	27,7	151	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5			9,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,6</b>	<b>15</b>	<b>56,3</b>	<b>429</b>	<b>17,5</b>
<b>Всего</b>				<b>44,5</b>	<b>48,6</b>	<b>226,5</b>	<b>1540</b>	<b>37</b>