

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

\_\_\_\_\_/О.М. Трунова/

# МЕНЮ

12 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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	4,1	4,3	22,1	143	0,2
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	2,6	6,2	10,3	108	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	170/5			9,3	37	0
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>6,7</b>	<b>10,5</b>	<b>41,7</b>	<b>288</b>	<b>0,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,7	0,1	12,9	56	2,6
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>12,9</b>	<b>56</b>	<b>2,6</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2	3,5	35	5,7
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,1	3,1	12,8	96	2,8
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5,2	2,7	1,6	51	0,8
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	3,4	17,4	110	8,8
		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			11,7	47	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>14,8</b>	<b>11,5</b>	<b>65,2</b>	<b>426</b>	<b>18,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	449	ОЛАДЬИ	50	2,3	4,4	13,8	105	0
		СНЕЖОК 2,5%	130	3,7	3,2	13,9	98	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>6</b>	<b>7,6</b>	<b>27,7</b>	<b>203</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	13,3	24	2,6	279	0,2
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	50	1,4	2,4	7	57	4,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,1	57	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5			9,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>16,5</b>	<b>26,6</b>	<b>31,4</b>	<b>432</b>	<b>4,6</b>
<b>Всего</b>				<b>44,7</b>	<b>56,3</b>	<b>178,9</b>	<b>1405</b>	<b>25,5</b>