

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

\_\_\_\_\_/О.М. Трунова/

## МЕНЮ

13 апреля 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                | 416            | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                | 150        | 4,2               | 4           | 23,8          | 147                              | 0,2           |
| 2012                | 1              | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ               | 25         | 1,5               | 4,9         | 10,3          | 91                               | 0             |
| 2012                | 392            | ЧАЙ С САХАРОМ                     | 170/5      |                   |             | 9,3           | 37                               | 0             |
| <b>Итого</b>        |                |                                   | <b>350</b> | <b>5,7</b>        | <b>8,9</b>  | <b>43,4</b>   | <b>275</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 СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 30         | 0,3               | 1,6         | 0,9           | 19                               | 0,7           |
| 2008                | 93             | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ                  | 150        | 3,5               | 1,6         | 15,2          | 89                               | 4,2           |
| 2012                | 287            | ТЕФТЕЛИ (2 ВАРИАНТ)               | 50/10      | 6,5               | 8,1         | 6,1           | 126                              | 0,4           |
| 2012                | 418            | КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ          | 110        | 3                 | 3,1         | 16,3          | 106                              | 0,1           |
|                     |                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 25         | 1,8               | 0,2         | 12,2          | 58                               | 0             |
| 2008                |                | ХЛЕБ РЖАНОЙ                       | 25         | 1,7               | 0,2         | 10,7          | 51                               | 0             |
| 2012                | 376            | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ         | 150        |                   |             | 11,6          | 47                               | 0             |
| <b>Итого</b>        |                |                                   | <b>550</b> | <b>16,8</b>       | <b>14,8</b> | <b>73</b>     | <b>496</b>                       | <b>5,4</b>    |
| <b>Полдник</b>      |                |                                   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2012                | 237            | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА              | 80/10      | 1,1               | 3,2         | 8,9           | 69                               | 0             |
| 2012                | 397            | КАКАО С МОЛОКОМ                   | 150        | 3                 | 2,4         | 12,6          | 85                               | 0,5           |
| <b>Итого</b>        |                |                                   | <b>240</b> | <b>4,1</b>        | <b>5,6</b>  | <b>21,5</b>   | <b>154</b>                       | <b>0,5</b>    |
| <b>Ужин</b>         |                |                                   |            |                   |             |               |                                  |               |
| 2012                | 344            | РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)          | 150/30     | 3,2               | 9,7         | 16,3          | 165                              | 9,93          |
|                     |                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                    | 25         | 1,8               | 0,2         | 12,2          | 58                               | 0             |
| 2012                | 392            | ЧАЙ С САХАРОМ                     | 190/5      |                   |             | 10,1          | 40                               | 0             |
| <b>Итого</b>        |                |                                   | <b>400</b> | <b>5</b>          | <b>9,9</b>  | <b>38,6</b>   | <b>263</b>                       | <b>9,93</b>   |
| <b>Всего</b>        |                |                                   |            | <b>32,3</b>       | <b>39,3</b> | <b>189,4</b>  | <b>1244</b>                      | <b>18,6</b>   |