Утверждаю

Заведующий
МБ ДОУ № 17
___ /О.М. Трунова/

Подписан цифровой подписью: МБ ДОУ № 17

МЕНЮ

19 марта 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	4,1	4,1	22,1	141	0,2
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	3,2	4,9	10,3	98	0,1
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/5/3	0,1		9,4	39	1
Итого			**358**	**7,4**	**9**	**41,8**	**278**	**1,3**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	130	0,7	0,1	12,9	56	2,6
Итого			**130**	**0,7**	**0,1**	**12,9**	**56**	**2,6**
Обед								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	1,9	3,4	34	5,7
2008	110	СУП ПШЕННЫЙ С МЯСОМ (КУЛЕШ)	150/10	6,5	6,3	11,8	130	0,4
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5,2	2,7	1,7	52	0,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	4	15,7	108	7,6
		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			11,6	47	0
Итого			**550**	**17,4**	**15,2**	**62,4**	**458**	**14,6**
Полдник								
2012	449	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	50/5	2,4	4,4	13,4	104	0
2008		ЙОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72	1,1
Итого			**205**	**5,4**	**6,7**	**17,9**	**176**	**1,1**
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	13,2	23,6	2,6	275	0,2
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	2	2,4	32	1,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	190/5			10,2	41	0
Итого			**395**	**15,9**	**25,7**	**24,9**	**394**	**1,7**
Всего				**46,8**	**56,7**	**159,9**	**1362**	**21,3**