

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

\_\_\_\_\_/О.М. Трунова/

## МЕНЮ

23 апреля 2026 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С,
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ	150	4,1	4,4	22,2	144	0,2
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	2,6	6,1	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>41,8</b>	<b>289</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	1,8	3,3	33	5,7
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,1	3,3	12,8	98	2,8
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5,2	2,9	1,7	53	0,8
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,1	3,5	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			11,5	46	0
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>14,8</b>	<b>11,8</b>	<b>64,9</b>	<b>427</b>	<b>18,1</b>
<b>Полдник</b>								
2012	449	ОЛАДЬИ	50	2,3	4,2	13,8	102	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79	0,8
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>6,6</b>	<b>7,9</b>	<b>20,8</b>	<b>181</b>	<b>0,8</b>
<b>Ужин</b>								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	13,3	23,8	2,6	277	0,2
2012	54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	50	1,4	2,6	7,4	60	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>31,8</b>	<b>433</b>	<b>4,6</b>
<b>Всего</b>				<b>45,3</b>	<b>56,9</b>	<b>172,2</b>	<b>1386</b>	<b>26,3</b>