

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

_____/О.М. Трунова/

МЕНЮ

26 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 355 | 6,7 | 10,5 | 41,8 | 289 | 0,2 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 95 | 0,4 | 0,4 | 9,3 | 45 | 9,5 |
| Итого | | | 95 | 0,4 | 0,4 | 9,3 | 45 | 9,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 540 | 14,8 | 11,8 | 64,9 | 427 | 18,1 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 200 | 6,6 | 7,9 | 20,8 | 181 | 0,8 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | 400 | 16,5 | 26,6 | 31,8 | 433 | 4,6 |
| Всего | | | | 45 | 57,2 | 168,6 | 1375 | 33,2 |