

Утверждаю

Заведующий

МБ ДОУ № 17

\_\_\_\_\_/О.М. Трунова/

# МЕНЮ

30 марта 2026 г.

Сад 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	180	5,1	4,9	28,3	176	0,2
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	1,7	6,9	11,7	115	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10			9,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,8</b>	<b>11,8</b>	<b>49,7</b>	<b>330</b>	<b>0,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	133	0,7	0,1	13,2	57	2,7
<b>Итого</b>			<b>133</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>13,2</b>	<b>57</b>	<b>2,7</b>
<b>Обед</b>								
2012		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,4	1,9	1,1	25	0,9
2008	93	СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ	180	5,9	2,6	25,3	149	5
2012	287	ТЕФТЕЛИ (2 ВАРИАНТ)	60/30	8	9,6	8,4	154	0,4
2008	181	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,1	4,6	27	166	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,2	57	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			14	56	0
<b>Итого</b>			<b>670</b>	<b>21,9</b>	<b>19,1</b>	<b>98,6</b>	<b>658</b>	<b>6,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100/20	1,7	5,1	13,7	106	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	14,6	102	0,6
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>5,4</b>	<b>8,2</b>	<b>28,3</b>	<b>208</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	180/50	3,8	9,4	20,3	182	12,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,8	0,2	12,2	57	0
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10			10,8	43	0
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>5,6</b>	<b>9,6</b>	<b>43,3</b>	<b>282</b>	<b>12,4</b>
<b>Всего</b>				<b>40,4</b>	<b>48,8</b>	<b>233,1</b>	<b>1535</b>	<b>22,2</b>