

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ д/с №26
/Сойма Ю.И./

МЕНЮ

29 июля 2021 г.

Сад 10,5 часов

Сбор-ник реце-п- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая цен-ность , ккал	Вита-м ин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2012	94	ОМЛЕТ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт)	90	1,7	2,4	2,9	40	0,3
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200	2,8	2,4	13,6	88	0,5
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	38					0
Итого			328	4,5	4,8	16,5	128	0,8
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	45	0,7	0,2	9,5	43	4,5
Итого			45	0,7	0,2	9,5	43	4,5
Обед								
2012	403	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры полупотр. 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный)	250	3,7	4	12,3	101	6,3
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ КУР (морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, томатная паста, картофель, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное)	180	4,1	0,5	22,9	115	28,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЛИМОНОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			14,7	59	0,4
Итого			670	10,4	4,9	66,9	357	35,4
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			14,6	58	0
2008	233	РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ (масло подсолнечное рафинированное, рыба пикша, яйца куриные (шт.), лук репчатый, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	80		2,1		19	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	22	1,5	0,2	9,3	45	0
Итого			302	1,5	2,3	23,9	122	0
Всего				17,1	12,2	116,8	650	40,7