

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ д/с №26
_____/Сойма Ю.И./

МЕНЮ

2 августа 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	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленное, макаронные изделия высш.сорт)	200	6,1	5,3	21,7	160	0,7
2012	395	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	200	2,8	2,4	13,7	88	0,5
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	45					0
Итого			445	8,9	7,7	35,4	248	1,2
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	58	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Итого			58	0,2	0,2	5,7	27	5,8
Обед								
2012	403	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры полупотр. 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая)	250	3,7	4	12,4	102	6,3
2008	338	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, томатная паста, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,1	5,1	23	157	28,8
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	60	0,2		1	5	0,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимон)	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			730	10,6	9,5	76,6	439	35,6
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	69					0
2008	430	КИСЕЛЬ (сахар песок, кисель (концентрат) на плодовых экстр.)	200			15,7	63	0
Итого			269			15,7	63	0
Всего				19,7	17,4	133,4	777	42,6