

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 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	206	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3.2% жирности)	200		5,3	6,6	75	0
2008	430	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, напиток кофейный, молоко пастер. 3,2% жирности)	200			15,7	63	0
2008	К/К	БУЛКА С МАСЛОМ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	2,6	5,8	16,7	130	0
Итого			445	2,6	11,1	39	268	0
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА (сахар песок, лимон)	100			11,7	47	0
Итого			100			11,7	47	0
Обед								
2008	90	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокочанная, свекла, томатная паста)	250	4,2	5,3	11,4	113	5,6
2012	138	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЗРАЗЫ (картофель, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	20,4	26,1	26,2	420	13,9
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, томатное пюре)	30	0,4	1,4	2,2	24	0,3
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200			23,2	93	0
Итого			720	27,6	33,2	80	732	19,8
Полдник								
2012	395	КАКАО (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок)	200	5,6	4,9	25,5	170	1
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	62					0
Итого			262	5,6	4,9	25,5	170	1
Всего				35,8	49,2	156,2	1217	20,8