

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	409	ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ С МАСЛОМ (сахар песок, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт)	130	31,2	18,4	18,2	368	0,3
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	46					0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			376	31,2	18,4	33,9	431	0,3
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	37	0,6	0,2	7,8	36	3,7
Итого			37	0,6	0,2	7,8	36	3,7
Обед								
2012	77	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт)	250	7	7,7	27,2	207	7,2
2012	315	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица)	100	4,7	5,2	21,1	149	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, морковь)	60	0,8		4,2	21	1,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			650	15,1	13,3	92,7	552	8,4
Полдник								
2008	74	ГРЕНКА (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок)	50	6,4	7,1	19,7	168	0,1
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,1	2,4	15,1	95	0,5
Итого			250	9,5	9,5	34,8	263	0,6
Всего				56,4	41,4	169,2	1282	13