

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 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	203	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ (пшено, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	200	1,6	0,4	10	50	0
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	3,5	7,7	24,2	180	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности)	200			12,7	51	0
Итого			445	5,1	8,1	46,9	281	0
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ИЗ СОКА (сахар песок, сок яблочный)	100			11,5	46	0
Итого			100			11,5	46	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, куры потрош. 1 категории, морская капуста, яйца куриные (шт.), картофель)	250	3,2	7,8	4	105	0,8
2008	239	ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированное, куры полупотр. 1 категории, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, лук репчатый)	140	1,8	11,5	12,6	161	0
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста)	30	0,4	1,1	1,9	23	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,9	0,4	18,7	90	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, сахар песок, вода питьевая, лимон)	200	0,1	0,1	25,2	102	0,8
Итого			664	8,4	20,9	62,4	481	1,6
Полдник								
2012	461	КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), дрожжи, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	75	0,9	0,6	6,8	35	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			275	0,9	0,6	22,5	98	0
Всего				14,4	29,6	143,3	906	1,6