

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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								
2008	252	ОТВАРНОЕ ЯЙЦО (яйца куриные (шт.))	1					0
2012		САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО (горошек зеленый консервы, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый)	50	1,3	2,2	2,7	36	1,7
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	48					0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,8	63	0
Итого			299	1,3	2,2	18,5	99	1,7
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	100			11,6	47	0
Итого			100			11,6	47	0
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	250	12,7	12,9	15,6	229	8,2
2008	282	ПЛОВ С МЯСОМ КУР (куры потрош. 1 категории, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая, морковь)	170					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	43	2,8	0,4	18,2	88	0
2012	382	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200					0
Итого			663	15,5	13,3	33,8	317	8,2
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	56	4,2	5,5	41,6	233	0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200			28,3	113	0
Итого			256	4,2	5,5	69,9	346	0
Всего				21	21	133,8	809	9,9