

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	190	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, овсяные хлопья "геркулес")	200	2,1	4,2	6,5	74	0,4
2008	471	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	45		5,8	0,1	53	0
2008	433	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток)	200	2,8	2,4	24,1	130	0,5
Итого			445	4,9	12,4	30,7	257	0,9
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА (вода питьевая, сахар песок, лимон)	200			23,2	93	0
Итого			200			23,2	93	0
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, картофель, соль йодированная)	250	1,5	0,1	4,7	26	13,2
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	130	4,7	4,1	26,9	163	0
2012	277	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА КУРИЦЫ (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	60	0,1		0,4	2	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимон)	200			23,2	93	0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста)	30	0,2	1,2	1,1	16	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			710	9,1	5,8	73,3	382	13,4
Полдник								
2008	254	ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, творог 5,0% жирности)	80	3,5	4,1	23,9	146	0,1
2008	434	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок, сахар песок)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			280	9,1	9	33,2	251	1,1
Всего				23,1	27,2	160,4	983	15,4