

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ д/с №26
/Сойма Ю.И./

МЕНЮ

31 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	328	КАША МАННАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа манная)	200	4,3	9	16	163	0,8
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	45		6,2	0,1	56	0
2008	430	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200			15,7	63	0
Итого			445	4,3	15,2	31,8	282	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	92	0,5	0,1	9,3	40	1,8
Итого			92	0,5	0,1	9,3	40	1,8
Обед								
2008	89	СУП ПШЕННЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, соль йодированная, пшено)	250	4,1	4,4	12,3	106	6,2
2012	259	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЗРАЗЫ С МЯСОМ ИЗ КУР (молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, картофель, куры потрош. 1 категории)	180	15,8	22,7	23,3	362	12
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста)	30	0,5	2,5	3,4	38	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37	2,4	0,3	15,7	75	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЛИМОНОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200			23,2	93	0
Итого			697	22,8	29,9	77,9	674	18,2
Полдник								
2008	451	РАССТЕГАЙ С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, сахар песок, дрожжи)	90	11,8	8,8	38,9	285	0,2
2012	394	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,1		10,9	44	0
Итого			290	11,9	8,8	49,8	329	0,2
Всего				39,5	54	168,8	1325	21