

Утверждаю

Заведующий
МҚДОУ д/с №26
_____/Фролова Ю.И./

МЕНЮ

1 сентября 2021 г.

Сад 10,5 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 409 | ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА (крупа манная, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3.2% жирности) | 110 | 15,7 | 10,6 | 17,1 | 229 | 0,4 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок) | 200 | 5 | 4,4 | 21,2 | 146 | 0,9 |
| 2008 | | БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | 48 | | | | | 0 |
| Итого | | | 358 | 20,7 | 15 | 38,3 | 375 | 1,3 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | БАНАН (банан) | 34 | 0,5 | 0,2 | 7,2 | 33 | 3,4 |
| Итого | | | 34 | 0,5 | 0,2 | 7,2 | 33 | 3,4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 142 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (куры полупотр. 1 категории, свекла, томатная паста, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 20% жирности) | 250 | | | | | 0 |
| к/к | к/к | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный) | 140 | | | | | 0 |
| 2008 | 278 | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР (куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, лук репчатый, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое) | 60 | | | | | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,9 | 72 | 0 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон) | 200 | | | 23,3 | 93 | 0 |
| Итого | | | 685 | 2,3 | 0,3 | 38,2 | 165 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | 40 | | | | | 0 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | 200 | 3,1 | 2,4 | 17,1 | 103 | 0,5 |
| Итого | | | 240 | 3,1 | 2,4 | 17,1 | 103 | 0,5 |
| Всего | | | | 26,6 | 17,9 | 100,8 | 676 | 5,2 |