

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 сентября 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	415	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, пшено)	200	1,8	6,8	3,1	81	0,3
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	47	3,5	1,4	24,1	123	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,2	0,1	16,2	65	0
Итого			447	5,5	8,3	43,4	269	0,3
II Завтрак								
2008	399	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	100			11,6	47	0
Итого			100			11,6	47	0
Обед								
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории)	250	1,6	4,3	10,4	87	8,2
2012	414	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое)	100	4,7	4,3	21,1	142	0
2008		БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР (куры потрош. 1 категории, яйца куриные (шт.), батон нарезной пшен.мука 1 сорт, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	13	15,4	2,6	202	0,7
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста)	30	0,2	1,2	1,2	16	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	42	2,8	0,4	17,8	86	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200			23,3	93	0
Итого			682	22,3	25,6	76,4	626	8,9
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	40					0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200			28,3	113	0
Итого			240			28,3	113	0
Всего				27,8	33,9	159,7	1055	9,2