

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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	409	СЫРНИКИ (крупа манная, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт)	100	0,3	1,7	2,1	25	0
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	48					0
2012	395	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	200	2,8	2,4	13,6	88	0,5
Итого			348	3,1	4,1	15,7	113	0,5
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	37	0,6	0,2	7,8	36	3,7
Итого			37	0,6	0,2	7,8	36	3,7
Обед								
2012	77	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт)	250	5,8	4,6	23,4	160	6,6
2012	315	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица)	105		3,9		35	0
2008		ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ (масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста)	60					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	442	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200					0
Итого			655	8,4	8,9	40,4	277	6,6
Полдник								
2008	52	ГРЕНКА (молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	60					0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,6	63	0
Итого			260			15,6	63	0
Всего				12,1	13,2	79,5	489	10,8