

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	6,3	8,8	27,8	217	0,2
2008		БАТОН С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	47	3,5	1,4	24,2	123	0
2012	397	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200			10,8	43	0
Итого			447	9,8	10,2	62,8	383	0,2
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Итого			111	0,6	0,1	11,2	48	2,2
Обед								
2012	402	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная)	250	4,2	9	17,1	166	5,8
2008	299	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ КУР (картофель, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, куры потрош. 1 категории, морковь, капуста белокочанная, томатная паста, горошек зеленый консервы)	190	14,8	15,7	25,1	302	13,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, сухофрукты (смесь))	200			12,9	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	45	3	0,4	19,1	92	0
Итого			685	22	25,1	74,2	611	18,9
Полдник								
1996	701	СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ (сосиски молочные, мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, дрожжи)	100	5,9	12,9	1,3	146	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	2,9	2,4	17,7	105	0,5
Итого			300	8,8	15,3	19	251	0,5
Всего				41,2	50,7	167,2	1293	21,8