

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа манная)	200	1,3	5	2,1	59	0,2
2008		БАТОН С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	50	3,2	6,5	21,9	159	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,9	3,3	16,7	113	0,6
Итого			450	8,4	14,8	40,7	331	0,8
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	100			11,5	46	0
Итого			100			11,5	46	0
Обед								
2008	94	СУП ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, томатная паста, чеснок)	250	0,7	0,1	5,5	26	2,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ КУР (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3	0,5	23,1	110	11,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь), вода питьевая)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			642	6,5	1	69,7	315	14,1
Полдник								
2012	460	КРУПЕЙНИК С ТВОРОГОМ (сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 5,0% жирности, пшено)	110	2,1	4,6	17,3	119	0,2
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,2	0,1	16,2	65	0
Итого			310	2,3	4,7	33,5	184	0,2
Всего				17,2	20,5	155,4	876	15,1