

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 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								
2008	227	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ С ИЗЮМОМ И КИСЕЛЕМ (творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа манная, кисель (концентрат) на плодовых экстр., виноград сушеный (изюм))	130	20,1	10,2	13	228	0,2
2008		БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое, сыр российский)	60	4,5	1,7	30,8	157	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,9	3,3	16,6	113	0,6
Итого			390	28,5	15,2	60,4	498	0,8
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	46	0,7	0,2	9,7	44	4,6
Итого			46	0,7	0,2	9,7	44	4,6
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, пшено)	250	0,7	0,1	5,5	26	2,6
2012	439	ЧУРАШИ ИЗ МЯСА КУР (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное)	90	16,4	17,8	26,3	330	0,7
2012	355	СОУС ТОМАТНЫЙ СО СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста)	30	0,4	1,1	1,9	22	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			612	20,3	19,4	74,8	557	3,3
Полдник								
2008	74	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая)	200	1,7	1,5	17,8	92	0,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200	2,8	2,4	17,3	103	0,5
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	20					0
Итого			420	4,5	3,9	35,1	195	0,8
Всего				54	38,7	180	1294	9,5