

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа гречневая ядрица)	200	4,3	7,7	12,7	138	0,8
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	3	6,8	20,7	156	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200	1,5	1,3	21,7	104	0,3
Итого			445	8,8	15,8	55,1	398	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	116	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Итого			116	0,6	0,1	11,7	50	2,3
Обед								
2008	92	СУП-ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, томатная паста, чеснок)	250	0,1	2,3	0,7	25	0,2
2008	338	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	125					0
2012	286	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, морковь, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, томатная паста)	60					0
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, сухофрукты (смесь))	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,5	0,3	16,1	77	0
Итого			673	2,6	2,6	40,1	195	0,2
Полдник								
2012	186	ДОМАШНЯЯ БУЛОЧКА (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, дрожжи)	65	1,3	1,1	4	31	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200	0,1		14,2	57	0
Итого			265	1,4	1,1	18,2	88	0,1
Всего				13,4	19,6	125,1	731	3,7