

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 октября 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	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	110	6,1	5	27,5	180	0
2012	485	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	45	2,9	6,5	18,7	145	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			355	9	11,5	61,9	388	0
II Завтрак								
2008	402	СОК (сок яблочный)	115					0
Итого			115					0
Обед								
2008	92	СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, картофель, лук репчатый, морковь)	250	2,3	2,3		30	0,1
2008	304	ГОЛУБЦЫ СЛОЖНЫЕ С МЯСОМ КУР (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, томатная паста)	180	2,1	0,2	9,4	48	14,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			670	7	2,9	49,6	253	14,2
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	38					0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200			28,2	113	0
Итого			238			28,2	113	0
Всего				16	14,4	139,7	754	14,2