

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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								
к/к	к/к	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт)	200	4,3	7,7	12,9	138	0,8
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	3	6,7	20,7	155	0
2008	432	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	200	1,5	1,3	21,7	104	0,3
Итого			445	8,8	15,7	55,3	397	1,1
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	92	СУП-ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, томатная паста, чеснок)	250	1,9	1,8	19,5	103	0,9
2012	286	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	55	0,2		0,9	4	0,4
2008	338	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности)	160	4,1	5,2	25,6	165	12,2
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ЛИМОНОВ (яблоки, сахар песок, лимон)	200	0,1	0,1	25,1	102	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40					0
Итого			705	6,3	7,1	71,1	374	14,3
Полдник								
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,2	0,1	16,2	65	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,3	2,9	22,3	125	0
Итого			230	2,5	3	38,5	190	0
Всего				17,6	25,8	176,4	1007	15,4