

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 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								
2012	409	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ (сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, пшено)	200		5,2	15,9	111	0
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	46	3	0,4	19,5	94	0
2012	395	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200			9	36	0
Итого			446	3	5,6	44,4	241	0
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	108	0,5	0,1	10,7	46	2,16
Итого			108	0,5	0,1	10,7	46	2,16
Обед								
2012	77	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт)	200	5,6	6,2	21,8	166	5,8
2012	315	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ КУР (масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 2 категории, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатная паста)	180		6,5	0,1	59	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			622	8,4	13,1	63	404	5,8
Полдник								
2008	471	ПЛЮШКА С САХАРОМ (мука пшеничная высш.сорт, дрожжи, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности)	65	5,1	5	47,5	256	0,1
2008	430	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности)	200			15,6	63	0
Итого			265	5,1	5	63,1	319	0,1
Всего				17	23,8	181,2	1010	8,06