

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 ноября 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	413	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа манная)	200	1,3	5,1	2,1	59	0,2
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	2,9	6	20	147	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			445	8,1	14,4	38,7	319	0,8
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	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, пшено)	250	0,7	0,1	5,5	26	2,6
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ КУР (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое)	160	3,2	0,6	24,6	117	12,2
2008	402	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, яблоки)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	39	2,6	0,3	16,5	80	0
Итого			649	6,5	1	69,9	316	14,8
Полдник								
к/к	к/к	СЕЛЬДЬ (рыба сельдь атлантическая среднесоленая неразделанная)	36	7,1	3,6		61	0
2008	51	ВИНЕГРЕТ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, горошек зеленый консервы)	120	1,1	12	6,7	140	3,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200					0
Итого			376	9,5	15,8	15,2	242	3,8
Всего				24,1	31,2	135,3	923	19,4