

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	415	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ МОЛОЧНЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт)	200	1,8	6,8	3,1	81	0,3
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	50	3,1	7	21,6	162	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2.5% жирности, какао-порошок)	200	2,8	2,4	17,3	103	0,5
Итого			450	7,7	16,2	42	346	0,8
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН (мандарин)	37	0,3	0,1	2,8	14	14,1
Итого			37	0,3	0,1	2,8	14	14,1
Обед								
2008	95	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, крупа гречневая ядрица)	250	1,2	4,3	9,5	82	4,6
2008		ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ КУР (куры потрош. 1 категории, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, капуста белокочанная, томатная паста)	180	21,9	22,2		287	0,9
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)	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			671	25,8	26,9	50,2	546	5,5
Полдник								
2008	233	РЫБА ЖАРЕННАЯ (мука пшеничная высш.сорт, рыба минтай неразделанный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное)	105	0,7	0,1	4,4	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			330	2,4	0,3	30,7	135	0
Всего				36,2	43,5	125,7	1041	20,4