

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	6,3	8,6	27,7	215	0,2
2012		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука вышш.сорт обог. микронутриентами)	50	3,1	7	21,7	162	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок)	200	2,8	2,4	13,6	88	0,5
Итого			450	12,2	18	63	465	0,7
II Завтрак								
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, сахар песок, вода питьевая)	100	0,1		11,3	47	1,3
Итого			100	0,1		11,3	47	1,3
Обед								
2012	87	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, куры потрош. 1 категории, соль йодированная)	250	1,7	3,3	12,9	88	6,2
2012	291	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ (масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, говяжья печень, морковь)	165	3,1	2,9	24,5	137	12,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			15,5	62	0
Итого			655	7,4	6,6	69,9	369	18,6
Полдник								
2012	483	РАССТЕГАЙ С ТВОРОГОМ (мука пшеничная вышш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, масло подсолнечное рафинированое)	90	6,2	4,9	10,8	113	0,1
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			290	6,2	4,9	26,5	176	0,1
Всего				25,9	29,5	170,7	1057	20,7