

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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								
2008	227	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ (творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное, крупа манная)	140	19,2	12,8	14,3	253	0,3
2008		БАТОН С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	2,3	5,8	16	126	0
2012	397	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200	3,4	3	16,5	107	0,6
Итого			385	24,9	21,6	46,8	486	0,9
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН (мандарин)	40	0,3	0,1	3	15	15,2
Итого			40	0,3	0,1	3	15	15,2
Обед								
2008	94	СУП "ПОЛЕВОЙ" 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
2012	439	ЧУРАШИ С МЯСОМ КУР (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное)	90	7,4	1,4	43,1	214	0,2
2012	355	СОУС ТОМАТНЫЙ СО СМЕТАНОЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, лук репчатый, морковь, томатная паста)	30	0,4	1,1	1,9	23	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			612	11,3	3	91,6	442	2,8
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	38	2,9	1,1	19,5	100	0
2012	400	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	200					0
Итого			238	2,9	1,1	19,5	100	0
Всего				39,4	25,8	160,9	1043	18,9