

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 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	190	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, крупа манная)	200	2,1	4,2	6,4	73	0,4
2008	471	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	45	2,7	7,2	18,8	150	0
2008	433	ЧАЙ С МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, чай черный байховый)	200	2,8	2,4	24,1	130	0,5
Итого			445	7,6	13,8	49,3	353	0,9
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ АССОРТИ (сахар песок, вода питьевая, виноград сушеный (изюм), сушеные абрикосы без косточки (курага))	100			11,6	47	0
Итого			100			11,6	47	0
Обед								
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, картофель, соль йодированная)	250	1,5	0,1	4,7	26	13,2
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	105	3,9	3,3	22,2	135	0
2012	277	ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРИНОЙ ГРУДКИ (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	70	0,1		0,5	2	0,2
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста)	30	0,1	1,1	1,2	15	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	39	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			694	8,2	4,8	68,3	350	13,4
Полдник								
2008	254	ПИРОЖОК С ТВОРОГОМ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи, творог 5,0% жирности)	90	4	4,5	26,2	161	0,1
2008	434	КРЕМ-БРЮЛЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			290	9,6	9,4	35,5	266	1,1
Всего				25,4	28	164,7	1016	15,4