

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	6,7	8,5	23,8	198	0,8
2008	432	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок)	200	1,5	1,3	21,7	104	0,3
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	49	3,7	1,4	25,2	128	0
Итого			449	11,9	11,2	70,7	430	1,1
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сахар песок, вода питьевая, сушеные абрикосы без косточки (курага))	200			23,3	93	0
Итого			200			23,3	93	0
Обед								
2008	92	СУП ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, соль йодированная, чеснок)	250	3,9	4,7	19	136	0,6
2012	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА КУР (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	60	11,5	13,2	0,7	167	0,5
2008	338	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (морковь, картофель, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, томатное пюре)	200	4,4	3,9	23,7	149	17,6
2008	396	СОК (сок яблочный)	202					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			752	22,4	22,2	60,4	534	18,7
Полдник								
2012	397	МОЛОКО (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,4	3	5,7	64	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	58	4,3	5,7	43,1	242	0
Итого			258	7,7	8,7	48,8	306	0,6
Всего				42	42,1	203,2	1363	20,4