

Утверждаю

Заведующий  
МКДОУ д/с №26  
\_\_\_\_\_/Фролова Ю.И./

# МЕНЮ

6 декабря 2021 г.  
Сад 10,5 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-п<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                  | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-ти<br>ческая<br>цен-ность<br>, ккал | Вита-м<br>ин С,<br>мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|--------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                     |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-во<br>ды, г |                                            |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                     |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 265                 | ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ<br>(крупа рисовая, сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                            | 115   | 3                 | 3,6     | 35,8             | 188                                        | 0,1                   |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                            | 200   |                   |         | 15,6             | 63                                         | 0                     |
| 2008                          |                     | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)                                                        | 50    | 2,8               | 6       | 18               | 137                                        | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                     | 365   | 5,8               | 9,6     | 69,4             | 388                                        | 0,1                   |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                     |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          |                     | ГРУША<br>(груша)                                                                                                                                                    | 52    | 0,2               | 0,2     | 5,4              | 25                                         | 2,6                   |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                     | 52    | 0,2               | 0,2     | 5,4              | 25                                         | 2,6                   |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                     |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2012                          | 66                  | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ<br>(морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт) | 250   | 3,2               | 2,1     | 22,7             | 122                                        | 6,1                   |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР<br>(картофель, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)                                   | 150   | 13,1              | 13,3    | 23,4             | 266                                        | 12,1                  |
| 2008                          | 399                 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ И ЛИМОНОВ<br>(сахар песок, лимон, сухофрукты (смесь))                                                                                         | 200   |                   |         | 14,6             | 58                                         | 0                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                        | 41    | 2,7               | 0,4     | 17,4             | 84                                         | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                     | 641   | 19                | 15,8    | 78,1             | 530                                        | 18,2                  |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                     |       |                   |         |                  |                                            |                       |
| 2008                          | 411                 | КИСЕЛЬ<br>(кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок)                                                                                                     | 200   |                   |         | 28,2             | 113                                        | 0                     |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ<br>(печенье сахарное мука высш.сорт)                                                                                                                        | 46    | 3,5               | 4,5     | 34,3             | 192                                        | 0                     |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                     | 246   | 3,5               | 4,5     | 62,5             | 305                                        | 0                     |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                     |       | 28,5              | 30,1    | 215,4            | 1248                                       | 20,9                  |