

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 декабря 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 МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ (овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	200	6,3	8,8	27,7	216	0,2
2008		БАТОН С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	46	3,5	1,3	23,7	121	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			446	13,2	13,1	67,9	444	0,8
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (виноград сушеный (изюм), сахар песок, вода питьевая)	100	0,2	0,1	14,2	58	0
Итого			100	0,2	0,1	14,2	58	0
Обед								
2012	402	СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, морковь, соль йодированная, пшено)	250					0
2008	299	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ КУР (картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морковь)	140	11,8	12,9	18,9	240	9,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, сахар песок, лимон)	200	0,1	0,1	14,7	60	0,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,5	0,3	16,1	77	0
Итого			628	14,4	13,3	49,7	377	10,6
Полдник								
2008	433	МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	2,8	2,4	4,7	52	0,5
2012	467	БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	40					0
Итого			240	2,8	2,4	4,7	52	0,5
Всего				30,6	28,9	136,5	931	11,9