

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 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	416	КАША МАННАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленное, сахар песок)	200	5,6	6,6	31,4	207	0,2
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленное)	45	2,4	5,3	15,2	119	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,4	2,8	13,9	96	0,5
Итого			445	11,4	14,7	60,5	422	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	104	0,5	0,1	10,5	45	2,1
Итого			104	0,5	0,1	10,5	45	2,1
Обед								
2012	66	СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, лук репчатый, кури потрош. 1 категории, картофель, сметана 20% жирности, масло сладко-сливочное несоленное, томатная паста, свекла, соль йодированная)	250	1,4	1,2	10,5	59	5,1
2008	258	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА КУР (кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), лук репчатый, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	50	3,5	3,6		46	0,2
2008	124	КАРТОФЕЛЬЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленное)	130	2,9	3,8	16,6	113	7,7
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	41	2,7	0,4	17,4	84	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			23,2	93	0
Итого			671	10,5	9	67,7	395	13
Полдник								
2012	186	ДОМАШНЯЯ БУЛОЧКА (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленное, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, дрожжи)	60	1,2	2,3	3,5	39	0,1
2012	397	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, чай черный байховый)	200	3,4	3	16,6	107	0,6
Итого			260	4,6	5,3	20,1	146	0,7
Всего				27	29,1	158,8	1008	16,5