

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (творог 5,0% жирности, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	105	16,4	10,9	18,5	241	0,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток)	200	5	4,4	20,8	144	0,9
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	56					0
Итого			361	21,4	15,3	39,3	385	1,1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	50	0,2	0,2	4,9	24	5
Итого			50	0,2	0,2	4,9	24	5
Обед								
2012	118	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (соль йодированная, лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, картофель)	250					0
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	105	2,5	4,2	26,7	155	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА (морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста)	70	0,5		2,4	12	0,4
2008	399	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОВ (сахар песок, лимон, сухофрукты (смесь))	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			665	5,6	4,6	69,3	342	0,4
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	41	3,1	1,2	21,1	107	0
2008	434	МОЛОКО (молоко пастер. 2,5% жирности)	201	5,9	5,1	9,8	111	1,1
Итого			242	9	6,3	30,9	218	1,1
Всего				36,2	26,4	144,4	969	7,6