

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленное, макаронные изделия высш.сорт)	200	6,1	5,3	21,8	160	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,1	2,4	15,1	95	0,5
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленное)	48					0
Итого			448	9,2	7,7	36,9	255	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	98	0,5	0,1	9,9	42	2
Итого			98	0,5	0,1	9,9	42	2
Обед								
2012	403	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры полупотр. 1 категории, картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленное, горох лущеный)	250	3,7	4	12,4	102	6,3
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ КУР (морковь, капуста белокочанная, лук репчатый, томатная паста, картофель, масло сладко-сливочное несоленное, куры полупотр. 1 категории)	175	4,1	4,9	22,2	152	28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЛИМОНОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			14,7	59	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			663	10,3	9,2	65,4	391	34,7
Полдник								
2008	233	РЫБА ЖАРЕНАЯ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай неразделанный)	70	0,4	4,1	2,8	49	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,6	63	0
Итого			290	1,7	4,3	26,9	153	0
Всего				21,7	21,3	139,1	841	37,9