

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 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	203	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, овсяные хлопья "геркулес", сахар песок)	200					0
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	3,3	7,1	22,7	168	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок)	200	2,8	2,4	17,4	103	0,5
Итого			445	6,1	9,5	40,1	271	0,5
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								
2008	83	ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (морковь, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сметана 15% жирности, куры потрош. 1 категории, морская капуста, яйца куриные (шт.), картофель)	250	3,2	7,8	3,9	104	0,9
2008	239	ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР (масло подсолнечное рафинированное, куры полупотр. 1 категории, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт)	130		10		90	0
2012	355	СОУС ТОМАТНЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	30	0,2		1,6	7	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, лимон)	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	41	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			651	6,1	18,2	46,1	378	0,9
Полдник								
2012	461	БУЛКА С ПОВИДЛОМ (повидло, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	63					0
2008	434	КРЕМ-БРЮЛЕ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок)	200	5,6	4,9	9,3	105	1
Итого			263	5,6	4,9	9,3	105	1
Всего				18,3	32,7	106	799	4,5