

Утверждаю

Заведующий  
МКДОУ д/с №26  
\_\_\_\_\_/Фролова Ю.И./

# МЕНЮ

23 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	214	КАША ПШЕННАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, пшено)	200	1,6	8,7	2,6	95	0,3
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	45	2,9	7,4	19,8	158	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,1	2,4	15,2	95	0,5
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>7,6</b>	<b>18,5</b>	<b>37,6</b>	<b>348</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ГРУША (груша)	40	0,2	0,1	4,1	19	2
<b>Итого</b>			<b>40</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>4,1</b>	<b>19</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012	404	СУП МАННЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ (крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, морковь, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	250	5,8	4,2	24	156	0,6
2008	311	ПЛОВ ИЗ МЯСА КУР (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	140	14,4	19,6	24,3	332	1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	399	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, сухофрукты (смесь))	200			23,3	93	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>22,8</b>	<b>24,2</b>	<b>88,6</b>	<b>663</b>	<b>1,6</b>
<b>Полдник</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт)	200	4,3	5	7,9	93	0,8
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	16					0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,6	63	0
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>4,3</b>	<b>5</b>	<b>23,5</b>	<b>156</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>34,9</b>	<b>47,8</b>	<b>153,8</b>	<b>1186</b>	<b>5,2</b>