

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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	205	МАКАРОНЫ С САХАРОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	110	2,7	3,1	17,1	107	0
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	51	3,2	8,1	20,8	169	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			361	5,9	11,2	53,6	339	0
II Завтрак								
2008	437	СОК (сок яблочный)	107					0
Итого			107					0
Обед								
2012	87	РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, куры потрош. 1 категории, сметана 20% жирности, крупа перловая, огурцы соленые)	250	1,7	0,3	12,9	61	6,2
2008	134	ТУШЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ С МЯСОМ КУР (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории)	180	3,2	4,4	26	158	13,1
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЛИМОНОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимон)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	36					0
Итого			666	4,9	4,7	62,2	312	19,3
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	48	3,6	4,7	35,7	200	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,2	0,1	16,2	65	0
Итого			248	3,8	4,8	51,9	265	0
Всего				14,6	20,7	167,7	916	19,3