

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа гречневая ядрица)	200	8,6	11,1	27,8	248	1
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	3,4	1,3	23,2	118	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	2,3	1,3	25,9	124	0,3
Итого			445	14,3	13,7	76,9	490	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК (сок яблочный)	108	0,5	0,1	10,9	47	2,2
Итого			108	0,5	0,1	10,9	47	2,2
Обед								
2008	92	СУП-ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, крупа рисовая, лук репчатый, томатная паста, чеснок)	250	0,1	2,4	0,7	25	0,2
2012	286	КУРЫ ТУШЕННЫЕ (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное)	95	19,7	27,4		324	0,8
2008	338	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР (морковь, картофель, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, томатная паста)	175	1,8	3	9,4	74	9,8
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ЛИМОНОМ (сахар песок, лимон, сухофрукты (смесь))	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37	2,5	0,3	15,7	76	0
Итого			757	24,1	33,1	49,1	592	10,8
Полдник								
2008		КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи)	60					0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200	3,9	3,3	16,6	113	0,6
Итого			260	3,9	3,3	16,6	113	0,6
Всего				42,8	50,2	153,5	1242	14,9