

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 января 2024 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	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, пшено)	200					0
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	42		5,4	0,1	49	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, кофейный напиток)	200			12,6	50	0
Итого			445		5,4	12,7	99	0
II Завтрак								
2008	394	НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА (вода питьевая, сахар песок, лимон)	100			11,7	47	0
Итого			100			11,7	47	0
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морская капуста, яйца куриные (шт.), картофель)	250	4,6	4,6	13,8	117	7,2
2008	239	ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, лук репчатый)	120	1,6	9,8	10,8	138	0
2012	355	СОУС ТОМАТНЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое)	30	0,3		1,6	8	0
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь))	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			640	9,1	14,8	66,4	438	7,2
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	40					0
2008	430	ЧАЙ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый)	200			15,8	63	0
Итого			240			15,8	63	0
Всего				9,1	20,2	106,6	647	7,2