

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ д/с №26
/Фролова Ю.И./**МЕНЮ**

15 января 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность , ккал	Вита-м ин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	110	6,2	4,8	27,9	180	0
2012	485	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	48	3	6,9	19,9	154	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200			15,7	63	0
Итого			360	9,2	11,7	63,5	397	0
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	100			11,6	47	0
Итого			100			11,6	47	0
Обед								
2008	92	СУП С КЛЁЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры потрош. 1 категории, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт)	250	2,3	2,3		30	0,1
2008	304	ГОЛУБЦЫ СЛОЖНЫЕ С МЯСОМ КУР (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, томатная паста)	150	1,6	0,2	7,7	39	11,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	44	2,9	0,4	18,7	90	0
Итого			644	6,8	2,9	49,7	252	11,9
Полдник								
2008	433	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на фруктовых экстр., сахар песок)	200					0
2008		ВАФЛИ (вафли с фруктово-ягодной начинками)	44					0
Итого			244					0
Всего				16	14,6	124,8	696	11,9