

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 февраля 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								
2008	224	ТВОРОЖНЫЙ ПУДИНГ (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа манная, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое)	160			9,4	38	0
2012	1	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	46	2,7	10,6	17,9	178	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок)	200	2,8	2,4	13,7	88	0,5
Итого			405	5,5	13	41	304	0,5
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
Итого			67	0,3	0,3	6,6	32	6,7
Обед								
2012	118	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (лук репчатый, морковь, кури потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица)	250					0
2012	315	МАКАРОНА ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт)	100	10,3	4,3	65,9	343	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР (лук репчатый, кури потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированное, морковь, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста)	60	0,1		0,4	2	0,2
2008	399	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			650	13	4,7	106,5	520	0,2
Полдник								
2008		ДОМАШНЯЯ БУЛОЧКА (масло подсолнечное рафинированное, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, дрожжи)	60					0
2008	430	ЙОГУРТ (йогурт 2,5% жирности)	184					0
Итого			244					0
Всего				18,8	18	154,1	856	7,4
