

Утверждаю

Заведующий

МКДОУ д/с №26

/Клычникова Т.А./

МЕНЮ

8 апреля 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	80	4,9	5,4	26,8	175	0
2012	485	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	38	2,2	5,7	14,6	119	0
2008	430	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200	0,2		15	61	0
Итого			320	7,3	11,1	56,4	355	0
II Завтрак								
2008	442	НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА (лимон, сахар песок)	100			6,8	28	0,7
Итого			100			6,8	28	0,7
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	4,5	4,4	14,2	114	5,4
2008	304	ГОЛУБЦЫ СЛОЖНЫЕ С МЯСОМ КУР (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, морковь, томатная паста)	150	10,9	10,8	17,7	213	21,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200			14,6	59	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			640	18	15,6	63,5	468	26,9
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ (печенье сахарное мука 1 сорт)	38	2,7	3,5	26,9	150	0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок)	200			28,3	113	0
Итого			238	2,7	3,5	55,2	263	0
Всего				28	30,2	181,9	1114	27,6