

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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								
2012	413	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт)	110		2,1		19	0
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	45	2,9	6	19,6	144	0
2012	397	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200			10,8	43	0
Итого			355	2,9	8,1	30,4	206	0
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	100			11,6	47	0
Итого			100			11,6	47	0
Обед								
2008	94	СУП ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, томатная паста, чеснок)	250	4,9	4,9	24,9	165	3,7
2008	133	ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ КУР (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, капуста белокочанная, томатная паста)	180	14,6	15,4	19,4	275	23,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	36	2,4	0,3	15,3	73	0
Итого			666	21,9	20,6	82,9	606	27,5
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ "КУРАБЬЕ" (печенье курабье)	52					0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200					0
Итого			252					0
Всего				24,8	28,7	124,9	859	27,5
