

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 февраля 2024 г.
Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	414	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок)	200	6,1	5,5	27,5	184	0
2012	1	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	47		4,6		42	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200	2,8	2,4	13,6	88	0,5
Итого			450	8,9	12,5	41,1	314	0,5
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	52	0,9	0,3	12	55	5,7
Итого			57	0,9	0,3	12	55	5,7
Обед								
2012	118	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, сметана 15% жирности, капуста белокочанная, томатная паста)	250					0
2012	315	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный, лук репчатый, морковь)	110		3,3		30	0
2012	277	ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА КУРИНОЙ ГРУДКИ (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.))	60	8,8	10,5	4,3	148	0,5
2008	399	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь))	200			23,2	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	40					0
Итого			660	8,8	13,8	27,5	271	0,5
Полдник								
2008		ЧАЙ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200					0
к/к	к/к	СУШКИ (сушки простые)	60					0
Итого			260					0
Всего				18,6	26,6	80,6	640	6,7