Утверждаю

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

4 марта 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		ОТВАРНОЕ ЯЙЦО (яйца куриные (шт.))	1					0
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (икра из кабачков)	48					0
2008		БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	40	2,5	6,4	16,8	136	0
2008	430	ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200 150 (ясли)			15,7	63	0
Итого			289	2,5	6,4	32,5	199	0
II Завтрак								
2008	402	НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА (сахар песок, вода питьевая, лимон)	100			11,5	46	0
Итого			100			11,5	46	0
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое)	250 150 (ясли)	5,6	6,2	19,7	157	10
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, куры потрош. 1 категории)	170	3,7	4,8	10,5	102	36,3
2012	382	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200 150 (ясли)					0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	36 30 (ясли)	2,4	0,3	15,2	73	0
Итого			656	11,7	11,3	45,4	332	46,3
Полдник								
2008		СУШКИ (сушки простые)	47 50 (ясли)					0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200 150 (ясли)			28,2	113	0
Итого			247			28,2	113	0
Всего				14,2	17,7	117,6	690	46,3