

Утверждаю

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

7 марта 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	209	МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	100	3,6	3	23,1	134	0
2012	1	БУЛКА С МАСЛОМ И СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, сыр российский)	45	2,7	10,8	18,3	182	0
2012	395	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)	200			9	36	0
Итого			345	6,3	13,8	50,4	352	0
II Завтрак								
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ (лимон, вода питьевая, сахар песок)	100	0,1		12,9	53	6,5
Итого			100	0,1		12,9	53	6,5
Обед								
2012	118	СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица)	250					0
2012	277	ТУШЕННЫЕ ОВОЩИ С МЯСОМ КУР (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, томатная паста, картофель, капуста белокочанная)	160	0,5	4,3	2,8	53	1
2008	399	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь))	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,5	0,3	16,1	78	0
Итого			648	3	4,6	42,2	224	1
Полдник								
2008		ЗЕФИР (зефир)	54					0
2008	430	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200					0
Итого			254					0
Всего				9,4	18,4	105,5	629	7,5