

Утверждаю

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

11 марта 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок)	100	5,6	4,5	25,3	164	0
2012	485	БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	44 36 (ясли)	2,8	6,5	18,3	143	0
2008	430	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200 150 (ясли)			15,7	63	0
<b>Итого</b>			<b>345</b>	<b>8,4</b>	<b>11</b>	<b>59,3</b>	<b>370</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, вода питьевая)	100					0
<b>Итого</b>			<b>100</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
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)	250150 (ясли)	2,3	2,3		30	0,1
2008	304	ГОЛУБЦЫ СЛОЖНЫЕ С МЯСОМ КУР (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, томатная паста)	150	1,6	0,2	7,7	39	11,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200150 (ясли)			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	3730 (ясли)	2,5	0,3	15,7	76	0
<b>Итого</b>			<b>637</b>	<b>6,4</b>	<b>2,8</b>	<b>46,7</b>	<b>238</b>	<b>11,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	37 30 (ясли)					0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая)	200 150(ясли)			28,3	113	0
<b>Итого</b>			<b>237</b>			<b>28,3</b>	<b>113</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>14,8</b>	<b>13,8</b>	<b>134,3</b>	<b>721</b>	<b>11,9</b>