Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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		
Завтрак								
2012	414	ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), крупа рисовая)	110		2,7		25	0
2012		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	42 31 (ясли)	0,1	8,6	0,1	78	0
2012	395	ЧАЙ (чай черный байховый, сахар песок)	200 150 (ясли)					0
Итого			350	0,1	11,3	0,1	103	0
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	100			11,5	46	0
Итого			100			11,5	46	0
Обед								
2008	60	СЕЛЬДЬ ПОРЦИОННАЯ (рыба сельдь тихоокеанская среднесоленая)	50 48 (ясли)	5,1	5,1		66	0
2012	87	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт)	250 150 (ясли)	1,7	3,3	12,9	88	6,2
2008	306	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, морковь, картофель)	160	12,1	12,8	27,4	274	14,2
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	34 25 (ясли)	2,3	0,3	14,4	69	0
2008	442	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок)	200					0
Итого			694	21,2	21,5	54,7	497	20,4
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	34 25 (ясли)					0
2008	411	КИСЕЛЬ (кисель (концентрат) на фруктовых экстрактах, сахар песок, вода питьевая)	200 150 (ясли)			28,3	113	0
Итого			234			28,3	113	0
Всего				21,3	32,8	94,6	759	20,4