

Утверждаю

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

26 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, овсяные хлопья "геркулес")	200 150 (ясли)	7,9	10,6	31,7	253	0,8
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	46 31 (ясли)	2,9	6,4	19,3	146	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток)	200 150 (ясли)	2,8	2,4	13,6	88	0,5
Итого			446	13,6	19,4	64,6	487	1,3
II Завтрак								
2008		БАНАН (банан)	49 42 (ясли)	0,7	0,2	10,3	47	4,9
Итого			49	0,7	0,2	10,3	47	4,9
Обед								
2012	402	СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (куры потрош. 1 категории, горох лущеный, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое)	250 150 (ясли)	8,8	4,7	23,1	171	7
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое)	100	4,2	3,6	27,1	158	0
к/к	к/к	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста)	60	0,1	1,2	0,7	15	0,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	37 25 (ясли)	2,4	0,3	15,7	76	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200 150 (ясли)			23,4	93	0
Итого			647	15,5	9,8	90	513	7,4
Полдник								
2008		ПРЯНИК (пряники заварные)	60 50 (ясли)	3,5	2,8	45	220	0
2008	434	ЧАЙ (чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая)	200 150 (ясли)					0
Итого			260	3,5	2,8	45	220	0
Всего				33,3	32,2	209,9	1267	13,6