

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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	190	СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ (сахар песок, крупа манная, масло подсолнечное рафинированое, творог 5,0% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	110	20	13	24,4	299	0,2
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	43		4,4		39	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности)	200			8,9	36	0
Итого			353	20	17,4	33,3	374	0,2
II Завтрак								
2008		НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА (лимон, сахар песок, вода питьевая)	100					0
Итого			100					0
Обед								
2012	402	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, капуста белокочанная, сметана 20% жирности)	250	4,3	4,4	13,8	113	7
2008	209	ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица)	100	4,9	4,5	21,9	148	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, говяжья печень, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста)	90	0,2	1,8	1,1	22	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			23,3	93	0
Итого			680	12	11,1	77,1	458	7,6
Полдник								
2008	434	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (молоко пастер. 3,2% жирности, кофейный напиток, сахар песок)	200					0
2008		ГРЕНКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), сахар песок)	50					0
Итого			250					0
Всего				32	28,5	110,4	832	7,8