

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 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								
2012	203	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ (молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленное, овсяные хлопья "геркулес")	200					0
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленное)	40	2,9	6,2	20	148	0
2012	395	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок)	205			9,2	37	0
Итого			445	2,9	6,2	29,2	185	0
II Завтрак								
2008	402	СОК (сок яблочный)	87					0
Итого			87					0
Обед								
2008	83	СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленное, куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, картофель)	250	2,7	6,7	1,5	78	0,7
2008	239	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ КУР (масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, морковь, картофель, яйца куриные (шт.))	140		11,3		101	0
2008	371	СОУС ТОМАТНЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, томатная паста)	30	0,2		1,6	7	0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	42	2,8	0,4	17,8	86	0
Итого			662	5,7	18,4	44,2	365	0,7
Полдник								
2008		РАСТЕГАЙ С ТВОРОГОМ (масло сладко-сливочное несоленное, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, творог жирный 18% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи)	80					0
2008	411	ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	200			9,7	39	0
Итого			280			9,7	39	0
Всего				8,6	24,6	83,1	589	0,7