

Утверждаю

Заведующий
МКДОУ д/с №26
/Клычникова Т.А./

МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	203	КУЛЕШ ПШЕННЫЙ МОЛОЧНЫЙ (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, сахар песок, пшено)	200	8,3	10,4	33,4	262	0,9
2008		БУЛКА С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	44	2,6	7,1	17,1	142	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок)	200	5,2	5,8	18	146	0,9
Итого			450	16,1	23,3	68,5	550	1,8
II Завтрак								
2008	436	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (сахар песок, яблоки)	100			7,4	30	0,2
Итого			100			7,4	30	0,2
Обед								
2008	83	ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, кури потрош. 1 категории, морская капуста, яйца куриные (шт.), картофель)	250	4,2	4,5	10,7	101	5,6
2008	239	ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР (масло подсолнечное рафинированое, кури полупотр. 1 категории, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, лук репчатый)	110	8	16,9	15	243	0,6
2012	355	СОУС ТОМАТНЫЙ (мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое)	30	0,7	3	4,6	48	0,9
2008	396	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, сухофрукты (смесь))	200			14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			650	15,5	24,8	61,9	532	7,1
Полдник								
2008		БУЛКА (батон нарезной пшен.мука 1 сорт)	40	2,7	1,1	17,5	90	0
2008	433	ЧАЙ (сахар песок, чай черный байховый)	200	0,2		15	61	0
Итого			236	2,9	1,1	32,5	151	0
Всего				34,5	49,2	170,3	1263	9,1