|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **2 августа 2024 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Сад 10,5 часов** | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-** **ник** **реце-** **птур** | **№** **техн.** **карты** | **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **цен-** **ность,** **ккал** | **Вита-** **мин С,** **мг** |
| **Белки, г** | | **Жиры, г** | | | **Угле-** **воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 203 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | | | | 200 | | 9,2 | | 11,3 | | | 30,5 | 262 | 1 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 43 | | 2,6 | | 6,4 | | | 16,8 | 135 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,5 | | 4,8 | | | 19,6 | 140 | 0,8 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **443** | | **16,3** | | **22,5** | | | **66,9** | **537** | **1,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 394 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | | 0,1 | |  | | | 7,1 | 30 | 1,4 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | **0,1** | |  | | | **7,1** | **30** | **1,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,2 | | 5,1 | | | 13,8 | 124 | 7,2 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, морская капуста, яйца куриные (шт.), картофель) | | | |
| к/к | к/к | ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК | | | | 22 | | 0,4 | |  | | | 0,9 | 6 | 0,6 |
| (горошек зеленый консервы) | | | |
| 2008 | 239 | ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР | | | | 140 | | 15,9 | | 22,8 | | | 46,8 | 456 | 1 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, лук репчатый) | | | |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 1,1 | | 3,9 | | | 6,1 | 64 | 1,4 |
| (мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое) | | | |
| 2008 | 396 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 59 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 42 | | 2,8 | | 0,4 | | | 17,8 | 86 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **684** | | **25,4** | | **32,2** | | | **100** | **795** | **10,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СУШКА | | | | 60 | | 6,3 | | 0,8 | | | 40,1 | 193 | 0 |
| (сушки простые) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 10,1 | 41 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **260** | | **6,5** | | **0,8** | | | **50,2** | **234** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **48,3** | | **55,5** | | | **224,2** | **1596** | **13,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.