|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **4 июля 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | | | | 1 | | 4,9 | | 4,5 | | | 0,3 | 61 | 0 |
| (яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2008 | 55 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | | | 53 | | 1 | | 4,5 | | | 3,9 | 60 | 3,5 |
| (икра из кабачков) | | | |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 44 | | 2,5 | | 6,7 | | | 17,1 | 138 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,3 | | 5,8 | | | 17,4 | 144 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, какао-порошок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **298** | | **13,7** | | **21,5** | | | **38,7** | **403** | **4,4** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СОК | | | | 104 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,5 | 45 | 2,1 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **104** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,5** | **45** | **2,1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 118 | СУП ГРЕЧНЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 4,9 | | 4,6 | | | 15,1 | 122 | 5,4 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко- сливочное несоленое, картофель, крупа гречневая ядрица) | | | |
| 2012 | 277 | ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 10,8 | | 11,9 | | | 15,8 | 213 | 20,9 |
| (лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, морковь, картофель, капуста белокочанная, томатная паста) | | | |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 3 | | 0,4 | | | 19,3 | 93 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **650** | | **18,7** | | **16,9** | | | **64,8** | **486** | **26,3** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ПРЯНИК | | | | 60 | | 3,6 | | 2,9 | | | 46 | 224 | 0 |
| (пряники заварные) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **260** | | **3,8** | | **2,9** | | | **61** | **285** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **36,7** | | **41,4** | | | **175** | **1219** | **32,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.