|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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.мукавысш.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 подсолнечноерафинированое, морковь, картофель, капуста белокочанная, томатнаяпаста) |
| 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.