|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **5 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 203 | КУЛЕШ МОЛОЧНЫЙ ПШЁННЫЙ | | | | 200 | | 7,8 | | 10,4 | | | 30,1 | 247 | 0,9 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, пшено) | | | |
| 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 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,4 | | 4,7 | | | 20 | 140 | 0,8 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **443** | | **14,8** | | **21,5** | | | **66,9** | **522** | **1,7** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 7,7 | 31 | 0,4 |
| (яблоки, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **7,7** | **31** | **0,4** |
| **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) | | | |
| 2008 | 239 | ЕЖИКИ ИЗ МЯСА КУР | | | | 130 | | 14,7 | | 21,2 | | | 43,5 | 424 | 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 | | | | 38 | | 2,5 | | 0,3 | | | 16,1 | 77 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **648** | | **23,5** | | **30,5** | | | **94,1** | **748** | **9,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 36 | | 2,7 | | 1,1 | | | 17,6 | 91 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 10,1 | 41 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **236** | | **2,9** | | **1,1** | | | **27,7** | **132** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **41,2** | | **53,1** | | | **196,4** | **1433** | **11,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.