|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **5 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ | | | | 110 | | 4,9 | | 5,4 | | | 26,8 | 175 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок) | | | |
| 2012 | 485 | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 44 | | 2,8 | | 6,9 | | | 18,6 | 149 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **354** | | **7,9** | | **12,3** | | | **60,4** | **385** | **0** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК | | | | 116 | | 0,6 | | 0,1 | | | 11,3 | 48 | 0,9 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **116** | | **0,6** | | **0,1** | | | **11,3** | **48** | **0,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 92 | СУП С КЛЁЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,2 | | 5 | | | 14,2 | 123 | 5,4 |
| (куры потрош. 1 категории, соль йодированная, масло сладко- сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, морковь, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт) | | | |
| 2008 | 304 | ГОЛУБЦЫ СЛОЖНЫЕ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 11,6 | | 11,6 | | | 18,6 | 228 | 23 |
| (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 36 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,2 | 73 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **646** | | **19,2** | | **16,9** | | | **62,6** | **483** | **28,4** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 37 | | 2,7 | | 0,2 | | | 17,9 | 85 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 28,3 | 113 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **237** | | **2,7** | | **0,2** | | | **46,2** | **198** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **30,4** | | **29,5** | | | **180,5** | **1114** | **29,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.