|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **7 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 | 227 | КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ | 200 | 7,7 | 11,2 | 25,5 | 236 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности,овсяные хлопья "геркулес", сахар песок) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 41 | 2,6 | 5,6 | 17,3 | 130 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2012 | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,8 | 6,3 | 18,9 | 158 | 1 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности) |
| **Итого** | **441** | **16,1** | **23,1** | **61,7** | **524** | **2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 100 | 0,1 | 0,1 | 8,1 | 33 | 1,3 |
| (яблоки, сахар песок) |
| **Итого** | **100** | **0,1** | **0,1** | **8,1** | **33** | **1,3** |
| **Обед** |
| 2008 | 94 | БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 4,3 | 5,7 | 10,4 | 112 | 10,4 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочноенесоленое, капуста белокочанная, свекла, томатная паста, курыполупотр. 1 категории, сметана 20% жирности) |
| 2012 | 439 | ЧУРАШИ С КУРИНОЙ ГРУДКОЙ | 90 | 18,7 | 16,2 | 43 | 392 | 0,7 |
| (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, курыпотрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое) |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,5 | 1,6 | 2,9 | 28 | 1 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, лукрепчатый, морковь, томатная паста) |
| к/к | к/к | ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК | 22 | 0,4 |  | 0,9 | 6 | 0,6 |
| (горошек зеленый консервы) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,2 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| **Итого** | **632** | **26,5** | **23,9** | **97,4** | **713** | **12,7** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | 71 | 2,7 | 1,1 | 40,1 | 181 | 0,1 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло) |
| 2012 | 400 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **271** | **2,9** | **1,1** | **55,1** | **242** | **0,1** |
| **Всего** | **45,6** | **48,2** | **222,3** | **1512** | **16,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.