|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 4,3 | | 5,7 | | | 10,4 | 112 | 10,4 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, капуста белокочанная, свекла, томатная паста, куры полупотр. 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, куры потрош. 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, лук репчатый, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.