|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **8 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 | 214 | ОМЛЕТ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ | | | | 105 | | 7,7 | | 8,8 | | | 9,4 | 147 | 0,5 |
| (яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, морская капуста) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 47 | | 3 | | 6,8 | | | 19,5 | 151 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,6 | | 3,8 | | | 21 | 137 | 0,8 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **352** | | **15,3** | | **19,4** | | | **49,9** | **435** | **1,3** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | |  | |  | | | 6,9 | 29 | 0,8 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **6,9** | **29** | **0,8** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 404 | СУП МАННЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ | | | | 250 | | 7,3 | | 5,5 | | | 30,2 | 200 | 0,8 |
| (крупа манная, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, лук репчатый, морковь, батон простой) | | | |
| 2008 | 265 | ПЛОВ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 10,8 | | 11,9 | | | 30,4 | 272 | 1,1 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, морковь, крупа рисовая) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,2 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 37 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,7 | 75 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **647** | | **20,5** | | **17,7** | | | **99,5** | **640** | **1,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 242 | РЫБА ОТВАРНАЯ | | | | 80 | | 10 | | 0,6 | | |  | 45 | 0,1 |
| (рыба минтай неразделанный) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | | 0,2 | | | 8,5 | 41 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,1 | | 2,5 | | | 19,9 | 116 | 0,6 |
| (чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **300** | | **14,4** | | **3,3** | | | **28,4** | **202** | **0,7** |
| **Всего** | | | | | | | | **50,2** | | **40,4** | | | **184,7** | **1306** | **4,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.