|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **9 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 | 184 | КАША МОЛОЧНАЯ "БОЯРСКАЯ" | 200 | 9,6 | 11,2 | 41,1 | 307 | 1 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,пшено, сахар песок, виноград сушеный (изюм)) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 43 |  |  |  |  | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5 | 4,4 | 20,9 | 145 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, какао-порошок) |
| **Итого** | **443** | **14,6** | **15,6** | **62** | **452** | **1,9** |
| **II Завтрак** |
| к/к | к/к | СОК | 97 | 0,5 | 0,1 | 9,5 | 40 | 0,8 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **97** | **0,5** | **0,1** | **9,5** | **40** | **0,8** |
| **Обед** |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 6,7 | 7,7 | 18,4 | 174 | 7,9 |
| (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочноенесоленое, куры потрош. 1 категории, морковь, крупа перловая,сметана 15% жирности) |
| 2012 | 414 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | 105 | 3,3 | 3,5 | 14,7 | 104 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2008 | 146 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 60 | 9 | 11,6 | 7,7 | 172 | 1,7 |
| (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1категории, морковь, мука пшеничная высш.сорт витамин., томатнаяпаста) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,2 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | 2,1 | 0,3 | 13,6 | 66 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **647** | **21,1** | **23,1** | **77,6** | **609** | **9,6** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА | 36 | 2,7 | 0,2 | 17,6 | 83 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 | 430 | ЙОГУРТ | 200 | 5,4 | 4,9 | 8,7 | 110 | 0,6 |
| (йогурт 2,5% жирности) |
| **Итого** | **236** | **8,1** | **5,1** | **26,3** | **193** | **0,6** |
| **Всего** | **44,3** | **43,9** | **175,4** | **1294** | **12,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.