|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 6,7 | | 7,7 | | | 18,4 | 174 | 7,9 |
| (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло сладко-сливочное несоленое, 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. 1 категории, морковь, мука пшеничная высш.сорт витамин., томатная паста) | | | |
| 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.