|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **9 сентября 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** |
| 2012 | 213 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С САХАРОМ | 110 | 4,3 | 4,6 | 32,3 | 188 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт,сахар песок) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 46 | 2,9 | 6,1 | 19,8 | 146 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, маслосладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 397 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **356** | **7,4** | **10,7** | **67,1** | **395** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | СОК | 106 | 0,5 | 0,1 | 10,4 | 44 | 0,8 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **106** | **0,5** | **0,1** | **10,4** | **44** | **0,8** |
| **Обед** |
| 2008 | 94 | СУП ХАРЧО НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 4,9 | 4,9 | 24,9 | 165 | 3,7 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, маслосладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, томатная паста, чеснок) |
| 2008 | 133 | ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ КУР | 160 | 12,9 | 13,8 | 17,3 | 245 | 21,1 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, маслоподсолнечное рафинированое, капуста белокочанная, томатная паста) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **650** | **20,4** | **19,1** | **82,5** | **585** | **24,8** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА | 38 | 2,8 | 0,2 | 18,5 | 87 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 |  |  | 33,1 | 133 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) |
| **Итого** | **238** | **2,8** | **0,2** | **51,6** | **220** | **0** |
| **Всего** | **31,1** | **30,1** | **211,6** | **1244** | **25,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.