|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **10 июля 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 | 7,5 | 11,1 | 25,4 | 233 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности,овсяные хлопья "геркулес", сахар песок) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 45 | 2,9 | 7,3 | 18,8 | 152 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2012 | 397 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **445** | **10,6** | **18,4** | **59,2** | **446** | **1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | СОК | 107 | 0,5 | 0,1 | 10,2 | 43 | 2 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **107** | **0,5** | **0,1** | **10,2** | **43** | **2** |
| **Обед** |
| 2008 | 94 | БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ НА КУРИНОМБУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 2 | 2,5 | 10,2 | 73 | 10,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочноенесоленое, капуста белокочанная, свекла, томатная паста, сметана20% жирности) |
| 2012 | 439 | ЧУРАШИ С МЯСОМ КУР | 90 | 12,1 | 12,8 | 21,7 | 250 | 0,6 |
| (мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), лук репчатый, маслоподсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории) |
| 2012 | 355 | СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 | 0,9 | 2,1 | 4,8 | 41 | 0,9 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, лукрепчатый, морковь, томатная паста) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 33 | 1,9 | 0,3 | 12,4 | 60 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| **Итого** | **603** | **16,9** | **17,7** | **63,7** | **483** | **11,7** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | 84 | 3 | 1,1 | 48,3 | 215 | 0,1 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами,повидло) |
| 2012 | 400 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **284** | **3,2** | **1,1** | **63,3** | **276** | **0,1** |
| **Всего** | **31,2** | **37,3** | **196,4** | **1248** | **14,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.