|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 2 | | 2,5 | | | 10,2 | 73 | 10,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, капуста белокочанная, свекла, томатная паста, сметана 20% 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, масло подсолнечное 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, лук репчатый, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.