|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **12 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** |
| 2012 | 213 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 1 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| (яйца куриные (шт.)) |
| 2012 | 413 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ | 73 | 1,3 | 6 | 5,2 | 80 | 2 |
| (икра из кабачков) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 44 | 2,8 | 6 | 19 | 141 | 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** | **318** | **9,2** | **16,5** | **39,5** | **343** | **2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | КОМПОТ "ИЗЮМИНКА" | 100 | 0,2 |  | 11,5 | 47 | 0 |
| (сахар песок, виноград сушеный (изюм)) |
| **Итого** | **100** | **0,2** |  | **11,5** | **47** | **0** |
| **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 | 14,6 | 15,4 | 19,5 | 275 | 23,8 |
| (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** | **22,1** | **20,7** | **84,7** | **615** | **27,5** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ | 64 | 4,7 | 6,1 | 46,2 | 259 | 0 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 |  |  | 33,1 | 133 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) |
| **Итого** | **264** | **4,7** | **6,1** | **79,3** | **392** | **0** |
| **Всего** | **36,2** | **43,3** | **215** | **1397** | **29,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.