|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **13 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 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ | | | | 200 | | 7,4 | | 10,4 | | | 24,1 | 221 | 0,9 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, крупа гречневая ядрица, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 51 | | 3,3 | | 6,5 | | | 21,3 | 157 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,9 | | 4,2 | | | 17,5 | 127 | 0,9 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **451** | | **15,6** | | **21,1** | | | **62,9** | **505** | **1,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | | | | 55 | | 0,2 | | 0,2 | | | 4,6 | 22 | 1,9 |
| (яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **55** | | **0,2** | | **0,2** | | | **4,6** | **22** | **1,9** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 5 | | 5,3 | | | 13,7 | 124 | 14,5 |
| (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое, томатная паста, капуста белокочанная, сметана 20% жирности) | | | |
| 2008 | 209 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ МЯСА КУРИНОЙ ГРУДКИ | | | | 65 | | 16,7 | | 20,7 | | | 5,6 | 275 | 0,3 |
| (индейка (грудки), яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| к/к | к/к | ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | | | | 104 | | 9,2 | | 3,5 | | | 19,3 | 146 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, горох лущеный) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **659** | | **33,5** | | **29,9** | | | **70,2** | **686** | **14,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | РУЛЕТ С КУРАГОЙ | | | | 65 | | 5,6 | | 6,6 | | | 40 | 242 | 0,2 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага), дрожжи) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **265** | | **5,8** | | **6,6** | | | **55** | **303** | **0,2** |
| **Всего** | | | | | | | | **55,1** | | **57,8** | | | **192,7** | **1516** | **18,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.