|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **15 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 414 | ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ С ИЗЮМОМ | | | | 110 | | 2,8 | | 4,9 | | | 36,9 | 203 | 0 |
| (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, виноград сушеный (изюм)) | | | |
| 2012 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 41 | | 2,7 | | 9,5 | | | 17,2 | 165 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 10,1 | 41 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **351** | | **5,7** | | **14,4** | | | **64,2** | **409** | **0** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | | 0,1 | |  | | | 7,1 | 29 | 1 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | **0,1** | |  | | | **7,1** | **29** | **1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 87 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 3,3 | | 3,5 | | | 23,2 | 137 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт) | | | |
| 2008 | 306 | ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 10,7 | | 10,8 | | | 15,1 | 201 | 20,7 |
| (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1 категории, морковь, картофель, капуста белокочанная, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 35 | | 2,3 | | 0,3 | | | 14,8 | 71 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 442 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **645** | | **16,3** | | **14,6** | | | **67,7** | **467** | **26,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 35 | | 2,6 | | 1,1 | | | 17 | 88 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 26,8 | 107 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, вода питьевая) | | | |
| **Итого** | | | | | | **235** | | **2,6** | | **1,1** | | | **43,8** | **195** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **24,7** | | **30,1** | | | **182,8** | **1100** | **27,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.