|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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 КУРИНОМБУЛЬОНЕ | 250 | 3,3 | 3,5 | 23,2 | 137 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочноенесоленое, 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. 1категории, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.