|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **20 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 "ДРУЖБА" | | | | 200 | | 7,9 | | 10,5 | | | 31,8 | 253 | 0,8 |
| (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, овсяные хлопья "геркулес") | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 50 | | 3,2 | | 6,9 | | | 21 | 159 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 2,9 | | 2,4 | | | 14,1 | 91 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **450** | | **14** | | **19,8** | | | **66,9** | **503** | **1,3** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 5 | 20 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **5** | **20** | **0** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 8,8 | | 4,7 | | | 23,1 | 171 | 7 |
| (куры потрош. 1 категории, горох лущеный, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2008 | 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | | | 104 | | 4,4 | | 3,7 | | | 28,2 | 165 | 0 |
| (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| к/к | к/к | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР | | | | 70 | | 11,2 | | 14,2 | | | 5,4 | 193 | 1,6 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 32 | | 2,1 | | 0,3 | | | 13,5 | 65 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| **Итого** | | | | | | **656** | | **26,5** | | **22,9** | | | **93,5** | **687** | **8,6** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ | | | | 60 | | 5,3 | | 6,9 | | | 37,5 | 233 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., сахар песок, дрожжи) | | | |
| 2008 | 434 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,2 | | 4,6 | | | 23 | 155 | 0,9 |
| (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **260** | | **10,5** | | **11,5** | | | **60,5** | **388** | **1** |
| **Всего** | | | | | | | | **51** | | **54,2** | | | **225,9** | **1598** | **10,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.