|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **22 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 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ | 110 | 4,9 | 5,3 | 26,8 | 174 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, сахарпесок) |
| 2012 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 44 | 2,5 | 10 | 16,2 | 165 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **354** | **7,6** | **15,3** | **58** | **400** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 100 |  |  | 12,5 | 51 | 0,4 |
| (яблоки, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  | **12,5** | **51** | **0,4** |
| **Обед** |
| 2012 | 87 | СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ НА КУРИНОМБУЛЬОНЕ | 250 | 5,3 | 5,6 | 22,7 | 163 | 6,2 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочноенесоленое, макаронные изделия высш.сорт, куры полупотр. 1категории) |
| 2008 | 306 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ КУР | 160 | 11,1 | 11,7 | 27,4 | 260 | 14,1 |
| (лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, куры потрош. 1категории, морковь, картофель) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 442 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| **Итого** | **640** | **18,4** | **17,6** | **77,4** | **542** | **20,3** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА | 38 | 2,8 | 0,2 | 18,5 | 88 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 |  |  | 28,3 | 113 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) |
| **Итого** | **238** | **2,8** | **0,2** | **46,8** | **201** | **0** |
| **Всего** | **28,8** | **33,1** | **194,7** | **1194** | **20,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.