|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **24 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | ОМЛЕТ С МОРСКОЙ КАПУСТОЙ | | | | 110 | | 7,7 | | 9 | | | 9,4 | 150 | 0,5 |
| (морская капуста, масло подсолнечное рафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин.) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 42 | | 2,7 | | 5,8 | | | 17,6 | 133 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **352** | | **10,6** | | **14,8** | | | **42** | **344** | **0,5** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СОК | | | | 100 | | 0,5 | | 0,1 | | | 10,1 | 43 | 2 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | **0,5** | | **0,1** | | | **10,1** | **43** | **2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 402 | СУП ГОРОХОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 8,8 | | 4,7 | | | 23,1 | 172 | 7 |
| (куры потрош. 1 категории, горох лущеный, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| к/к | к/к | ПЛОВ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 10,6 | | 10,9 | | | 29,6 | 259 | 0,8 |
| (куры полупотр. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, крупа рисовая, лук репчатый, морковь) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 37 | | 2,5 | | 0,3 | | | 15,7 | 76 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| **Итого** | | | | | | **647** | | **21,9** | | **15,9** | | | **91,7** | **600** | **7,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | | | | 69 | | 2,7 | | 0,2 | | | 38,6 | 167 | 0,1 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло) | | | |
| 2008 | 434 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15,1 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **269** | | **2,9** | | **0,2** | | | **53,7** | **228** | **0,1** |
| **Всего** | | | | | | | | **35,9** | | **31** | | | **197,5** | **1215** | **10,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.