|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **26 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 |  | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ С САХАРОМ | | | | 90 | | 4,9 | | 4,6 | | | 26,8 | 168 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | 49 | | 3 | | 7,8 | | | 20 | 163 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **339** | | **7,9** | | **12,4** | | | **61,4** | **389** | **0** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНОВ | | | | 100 | |  | |  | | | 5,8 | 24 | 0,5 |
| (лимон, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **5,8** | **24** | **0,5** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 5,6 | | 6,1 | | | 19,7 | 157 | 10 |
| (картофель, морковь, лук репчатый, куры полупотр. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР | | | | 180 | | 10,8 | | 10,2 | | | 9,1 | 173 | 30,1 |
| (капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, томатная паста, куры потрош. 1 категории) | | | |
| 2012 | 382 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 30 | | 2,1 | | 0,3 | | | 13,3 | 64 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **660** | | **18,5** | | **16,6** | | | **56,7** | **452** | **40,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СУШКА | | | | 36 | | 3,8 | | 0,5 | | | 24 | 115 | 0 |
| (сушки простые) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 28,3 | 113 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **236** | | **3,8** | | **0,5** | | | **52,3** | **228** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **30,2** | | **29,5** | | | **176,2** | **1093** | **40,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.