|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Овчинникова Е.В./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **28 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 | 189 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ | 200 | 7 | 8,7 | 26,9 | 215 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочноенесоленое, крупа манная) |
| 2008 | 3 | БУЛКА С МАСЛОМ | 46 | 2,4 | 6,3 | 16,9 | 134 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,8 | 4,2 | 17,4 | 127 | 0,8 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) |
| **Итого** | **446** | **14,2** | **19,2** | **61,2** | **476** | **1,7** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 394 | СОК | 120 | 0,6 | 0,1 | 11,7 | 50 | 1 |
| (сок яблочный) |
| **Итого** | **120** | **0,6** | **0,1** | **11,7** | **50** | **1** |
| **Обед** |
| 2012 | 118 | СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬНЕ | 250 | 5,4 | 4,7 | 20,6 | 148 | 7 |
| (куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, пшено,картофель, соль йодированная, лук репчатый, морковь) |
| 2012 | 315 | РИС ОТВАРНОЙ | 100 | 2,7 | 4,2 | 28,4 | 162 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО МЯСА | 70 | 11,2 | 14,4 | 5,5 | 195 | 1,6 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, мукапшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста) |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **660** | **21,9** | **23,7** | **86,1** | **645** | **8,6** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | 87 | 2,9 | 1,1 | 49,9 | 222 | 0,1 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло) |
| 2008 | 434 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **287** | **3,1** | **1,1** | **64,9** | **283** | **0,1** |
| **Всего** | **39,8** | **44,1** | **223,9** | **1454** | **11,4** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.