|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **29 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 |  | ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ | | | | 110 | | 3 | | 2,7 | | | 36,3 | 182 | 0,1 |
| (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, сушеные абрикосы без косточки (курага)) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | | | | 41 | | 2,5 | | 6,4 | | | 16,7 | 135 | 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** | | | | | | **351** | | **5,5** | | **9,1** | | | **67,6** | **375** | **0,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК | | | | 116 | | 0,6 | | 0,1 | | | 11,3 | 48 | 0,9 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **116** | | **0,6** | | **0,1** | | | **11,3** | **48** | **0,9** |
| **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 | | | | 160 | | 9,6 | | 9,1 | | | 8,1 | 155 | 26,8 |
| (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 | | | | 34 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,1 | 73 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **644** | | **17,6** | | **15,5** | | | **57,5** | **443** | **36,8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 35 | | 2,6 | | 0,2 | | | 17,1 | 80 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | | | | 200 | |  | |  | | | 28,3 | 113 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **235** | | **2,6** | | **0,2** | | | **45,4** | **193** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **26,3** | | **24,9** | | | **181,8** | **1059** | **37,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.