|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **30 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 | 416 | КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ | 200 | 7 | 8,6 | 26,9 | 214 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, крупа манная) |
| 2008 |  | БУЛКА СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 45 | 2,9 | 6,6 | 18,9 | 147 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3 | 2,5 | 13,7 | 91 | 0,5 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, какао-порошок) |
| **Итого** | **445** | **12,9** | **17,7** | **59,5** | **452** | **1,4** |
| **II Завтрак** |
| 2008 |  | ЯБЛОКО | 48 | 0,2 | 0,2 | 4,1 | 20 | 4,2 |
| (яблоки) |
| **Итого** | **48** | **0,2** | **0,2** | **4,1** | **20** | **4,2** |
| **Обед** |
| 2012 | 66 | СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СОСМЕТАНОЙ | 250 | 2,3 | 2,7 | 13,7 | 91 | 6,8 |
| (морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, картофель, маслосладко-сливочное несоленое, томатная паста, свекла, сметана 15%жирности) |
| 2008 | 124 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 130 | 3,5 | 5,1 | 20,8 | 142 | 9,8 |
| (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2%жирности) |
| 2008 | 233 | РЫБА ЖАРЕНАЯ С ОВОЩАМИ | 70 | 8,5 | 3,5 | 4,6 | 83 | 0,6 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое,рыба минтай неразделанный, лук репчатый, морковь) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 2,5 | 0,3 | 16,1 | 77 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **688** | **16,8** | **11,6** | **78,5** | **486** | **17,2** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | КРЕНДЕЛЬ С САХАРОМ | 60 | 5,6 | 6,9 | 42,7 | 256 | 0,1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечноерафинированое, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.),мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожжи) |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **260** | **5,8** | **6,9** | **57,7** | **317** | **0,1** |
| **Всего** | **35,7** | **36,4** | **199,8** | **1275** | **22,9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.