|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 2,3 | | 2,7 | | | 13,7 | 91 | 6,8 |
| (морковь, лук репчатый, куры потрош. 1 категории, картофель, масло сладко-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 подсолнечное рафинированое, 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.