|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **31 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 "ДРУЖБА" | 200 | 7,8 | 9,1 | 34,5 | 253 | 1 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое,сахар песок, крупа рисовая, пшено) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 49 | 3,2 | 7,8 | 22,3 | 172 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, маслосладко-сливочное несоленое) |
| к/к | к/к | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 5,1 | 4,4 | 18,6 | 136 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, кофейный напиток) |
| **Итого** | **449** | **16,1** | **21,3** | **75,4** | **561** | **1,9** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | СОК | 116 | 0,6 | 0,1 | 11,3 | 48 | 0,9 |
| (сок яблочный) |
| 2008 |  | ПЕЧЕНЬЕ "КУРАБЬЕ" | 42 | 3 | 3,9 | 29,8 | 167 | 0 |
| (печенье сахарное мука высш.сорт) |
| **Итого** | **158** | **3,6** | **4** | **41,1** | **215** | **0,9** |
| **Обед** |
| 2012 | 87 | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ "САЙРА" | 250 | 9,4 | 3,4 | 16,3 | 134 | 6,2 |
| (рыбн.консервы в масле.сайра бланширован., картофель, морковь, лукрепчатый, масло сладко-сливочное несоленое, пшено) |
| 2012 | 414 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | 130 | 6 | 5,6 | 27,5 | 184 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 291 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 60 | 9 | 11,7 | 7,9 | 172 | 1,7 |
| (масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сортвитамин., лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, томатнаяпаста) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 15,5 | 62 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| **Итого** | **675** | **26,7** | **21** | **82** | **623** | **7,9** |
| **Полдник** |
| 2008 | 74 | ВАФЛИ | 57 | 1,6 | 1,8 | 42,8 | 196 | 0 |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **257** | **1,8** | **1,8** | **57,8** | **257** | **0** |
| **Всего** | **48,2** | **48,1** | **256,3** | **1656** | **10,7** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.