|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, масло сладко-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, лук репчатый, 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.сорт витамин., лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, томатная паста) | | | |
| 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.