|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **3 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** |
| 2008 | 209 | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ | 110 | 22,3 | 14,4 | 29,9 | 342 | 0,2 |
| (творог 5,0% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, яйцакуриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт витамин., крупа манная,сахар песок) |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | 47 | 2,7 | 8,9 | 18,3 | 164 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мукавысш.сорт обог. микронутриентами) |
| 2012 | 395 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 9,4 | 38 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **357** | **25,2** | **23,3** | **57,6** | **544** | **0,2** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 436 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 100 |  |  | 7,6 | 31 | 0,4 |
| (сахар песок, яблоки) |
| **Итого** | **100** |  |  | **7,6** | **31** | **0,4** |
| **Обед** |
| 2012 | 118 | СУП ПОЛЕВОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 5 | 4,6 | 17,5 | 132 | 5,4 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, пшено) |
| 2008 | 325 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | 100 | 4,9 | 5,1 | 21,9 | 152 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое) |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ МИЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 60 | 8,4 | 10,7 | 3,6 | 145 | 2 |
| (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, курыпотрош. 1 категории, томатная паста) |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 58 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 71 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **645** | **20,6** | **20,7** | **72,4** | **558** | **7,4** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | 85 | 3,3 | 1,2 | 47,5 | 214 | 0,1 |
| (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, повидло) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **285** | **3,5** | **1,2** | **62,5** | **275** | **0,1** |
| **Всего** | **49,3** | **45,2** | **200,1** | **1408** | **8,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.