|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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, яйца куриные (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.мука высш.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, куры потрош. 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.