|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **8 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 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С САХАРОМ | 110 | 4,9 | 5,4 | 26,8 | 175 | 0 |
| (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, сахарпесок) |
| 2012 | 485 | БУЛКА С МАСЛОМ | 42 | 2,7 | 6,7 | 17,7 | 142 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2008 | 430 | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) |
| **Итого** | **352** | **7,8** | **12,1** | **59,5** | **378** | **0** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 442 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 100 |  |  | 7,3 | 30 | 0,2 |
| (яблоки, сахар песок) |
| **Итого** | **100** |  |  | **7,3** | **30** | **0,2** |
| **Обед** |
| 2008 | 92 | СУП С КЛЁЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 250 | 5,2 | 5 | 14,2 | 123 | 5,4 |
| (куры потрош. 1 категории, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, картофель, лук репчатый, морковь, яйцакуриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт) |
| 2008 | 304 | ГОЛУБЦЫ СЛОЖНЫЕ С МЯСОМ КУР | 160 | 11,6 | 11,6 | 18,6 | 228 | 23 |
| (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, куры потрош. 1категории, масло подсолнечное рафинированое, морковь, томатнаяпаста) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 37 | 2,5 | 0,3 | 15,7 | 76 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| **Итого** | **647** | **19,3** | **16,9** | **63,1** | **486** | **28,4** |
| **Полдник** |
| 2008 |  | БУЛКА | 35 | 2,6 | 0,2 | 17,1 | 81 | 0 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 | 411 | КИСЕЛЬ | 200 |  |  | 28,3 | 113 | 0 |
| (кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок) |
| **Итого** | **235** | **2,6** | **0,2** | **45,4** | **194** | **0** |
| **Всего** | **29,7** | **29,2** | **175,3** | **1088** | **28,6** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.