|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **19 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 | 214 | СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ | | | | 200 | | 6,4 | | 10,1 | | | 23,4 | 210 | 0,9 |
| (молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок, макаронные изделия высш.сорт) | | | |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 44 | | 2,8 | | 7,2 | | | 19 | 152 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,5 | | 6 | | | 23,2 | 171 | 1 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **444** | | **14,7** | | **23,3** | | | **65,6** | **533** | **1,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | НАПИТОК ИЗ ЛИМОНА | | | | 100 | | 0,1 | |  | | | 7,1 | 30 | 1,1 |
| (сахар песок, лимон) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | | **0,1** | |  | | | **7,1** | **30** | **1,1** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 404 | СУП ОВОЩНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 6,3 | | 4,2 | | | 25,2 | 166 | 14 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, морковь, хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами, картофель, капуста белокочанная) | | | |
| 2008 | 311 | РИСОВАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ КУР | | | | 150 | | 15,2 | | 15,8 | | | 31,9 | 330 | 1,2 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь, крупа рисовая, молоко пастер. 3,2% жирности, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2012 | 348 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 1 | | 1,7 | | | 4,8 | 38 | 0,9 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 30 | | 2 | | 0,3 | | | 12,7 | 61 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 59 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **660** | | **24,5** | | **22** | | | **89,2** | **654** | **16,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА | | | | 38 | | 2,9 | | 1,1 | | | 19,6 | 100 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| к/к | к/к | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15,1 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **238** | | **3,1** | | **1,1** | | | **34,7** | **161** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **42,4** | | **46,4** | | | **196,6** | **1378** | **19,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.