|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **26 июня 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 | 414 | КУЛЕШ ПШЁННЫЙ МОЛОЧНЫЙ | | | | 200 | | 8,3 | | 10,9 | | | 30,9 | 257 | 1 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности, пшено, сахар песок) | | | |
| 2012 | 1 | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 44 | | 2,8 | | 5,2 | | | 19,1 | 135 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4,9 | | 4,2 | | | 17,7 | 128 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **444** | | **16** | | **20,3** | | | **67,7** | **520** | **1,9** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СОК | | | | 120 | | 0,6 | | 0,1 | | | 12,1 | 52 | 2,4 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **120** | | **0,6** | | **0,1** | | | **12,1** | **52** | **2,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 118 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 4,9 | | 4,3 | | | 13,5 | 114 | 14,6 |
| (лук репчатый, морковь, куры потрош. 1 категории, масло сладко- сливочное несоленое, картофель, капуста белокочанная, томатная паста) | | | |
| 2012 | 315 | ГРЕЧКА ОТВОРНАЯ | | | | 100 | | 3,6 | | 4 | | | 23 | 142 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая продел) | | | |
| 2012 | 277 | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР В ТОМАТНОМ СОУСЕ | | | | 60 | | 8,6 | | 10,6 | | | 5,3 | 151 | 1,5 |
| (куры потрош. 1 категории, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, морковь, лук репчатый, томатная паста) | | | |
| 2008 | 399 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 14,6 | 58 | 0 |
| (сахар песок, сухофрукты (смесь)) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 36 | | 2,4 | | 0,3 | | | 15,3 | 74 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **646** | | **19,5** | | **19,2** | | | **71,7** | **539** | **16,1** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | | | | 87 | | 2,9 | | 0,2 | | | 49,9 | 214 | 0,1 |
| (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, повидло) | | | |
| 2008 |  | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,8 | | 3,9 | | | 20,8 | 134 | 1,6 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **287** | | **6,7** | | **4,1** | | | **70,7** | **348** | **1,7** |
| **Всего** | | | | | | | | **42,8** | | **43,7** | | | **222,2** | **1459** | **22,1** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.