|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **27 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 | 203 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | | | | 1 | | 4,9 | | 4,5 | | | 0,3 | 61 | 0 |
| (яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2012 | 53 | ЗЕЛЁНЫЙ ГОРОШЕК | | | | 30 | | 0,7 | |  | | | 1,5 | 9 | 0,9 |
| (горошек зеленый консервы) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 41 | | 2,7 | | 5,3 | | | 18,4 | 132 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,1 | | 5,6 | | | 23,4 | 166 | 0,9 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **272** | | **13,4** | | **15,4** | | | **43,6** | **368** | **1,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 15,6 | 63 | 0,4 |
| (яблоки, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **15,6** | **63** | **0,4** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | | | | 250 | | 4,5 | | 7 | | | 16,7 | 149 | 5,5 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, крупа рисовая, картофель) | | | |
| 2008 | 239 | ОВОЩНОЕ РАГУ С МЯСОМ КУР | | | | 160 | | 11,6 | | 12,2 | | | 18,4 | 231 | 25,4 |
| (масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, картофель, капуста белокочанная, лук репчатый, морковь, томатная паста) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,1 | 92 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 29 | | 1,9 | | 0,3 | | | 12,3 | 59 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **639** | | **18** | | **19,5** | | | **70,5** | **531** | **30,9** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ | | | | 65 | | 9,3 | | 5,8 | | | 5,6 | 111 | 0,5 |
| (рыба пикша, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), лук репчатый, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 20 | | 1,3 | | 0,2 | | | 8,5 | 41 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| 2008 | 411 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 4 | | 4,2 | | | 16,2 | 119 | 0,7 |
| (сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **285** | | **14,6** | | **10,2** | | | **30,3** | **271** | **1,2** |
| **Всего** | | | | | | | | **46** | | **45,1** | | | **160** | **1233** | **34,3** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.