|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **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, маслосладко-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, курыпотрош. 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, томатнаяпаста) |
| 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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.