|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  **Утверждаю** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **29 мая 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 | 190 | СЫРНИКИ СО СГУЩЁННЫМ МОЛОКОМ | 130 | 18,6 | 23,8 | 46,4 | 475 | 0,3 |
| (крупа манная, мука пшеничная высш.сорт витамин., яйца куриные(шт.), творог жирныи 18% жирности, масло подсолнечноерафинированое, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сахарпесок) |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | 45 | 2,9 | 6,3 | 18,8 | 144 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) |
| 2012 | 395 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 4,9 | 4,1 | 16,8 | 125 | 0,8 |
| (сахар песок, какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности) |
| **Итого** | **375** | **26,4** | **34,2** | **82** | **744** | **1,1** |
| **II Завтрак** |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 100 |  |  | 7,8 | 32 | 0,4 |
| (сахар песок, яблоки) |
| **Итого** | **100** |  |  | **7,8** | **32** | **0,4** |
| **Обед** |
| 2012 | 402 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ КУРИНОМБУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 4,9 | 5,2 | 15,8 | 132 | 10,8 |
| (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, маслосладко-сливочное несоленое, томатная паста, капуста белокочанная,сметана 15% жирности) |
| 2008 | 209 | ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ | 100 | 4,7 | 4,3 | 21,1 | 142 | 0 |
| (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица) |
| к/к | к/к | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ | 80 | 15,3 | 7,9 | 6 | 174 | 12,2 |
| (масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, говяжья печень,мука пшеничная высш.сорт, морковь, томатная паста) |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 38 | 2,5 | 0,3 | 16,1 | 78 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 |  |  | 23,3 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) |
| **Итого** | **668** | **27,4** | **17,7** | **82,3** | **619** | **23** |
| **Полдник** |
| 2012 | 461 | БУЛКА С ПОВИДЛОМ | 67 | 2,9 | 0,2 | 37,1 | 162 | 0 |
| (повидло, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) |
| 2008 |  | ЧАЙ | 200 | 0,2 |  | 10,1 | 41 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) |
| **Итого** | **267** | **3,1** | **0,2** | **47,2** | **203** | **0** |
| **Всего** | **56,9** | **52,1** | **219,3** | **1598** | **24,5** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.