|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **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 подсолнечное рафинированое, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, сахар песок) | | | |
| 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 КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | | | | 250 | | 4,9 | | 5,2 | | | 15,8 | 132 | 10,8 |
| (куры потрош. 1 категории, картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-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** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.