|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Клычникова Т.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **30 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** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 203 | ОМЛЕТ | | | | 90 | | 7,5 | | 9,2 | | | 9,4 | 150 | 0,3 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт) | | | |
| 2012 | 53 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ | | | | 62 | | 1,6 | | 7,7 | | | 6,6 | 102 | 2,5 |
| (икра из кабачков) | | | |
| 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 | ЧАЙ | | | | 200 | | 0,2 | |  | | | 15 | 61 | 0 |
| (сахар песок, чай черный байховый) | | | |
| **Итого** | | | | | | **393** | | **12** | | **22,2** | | | **49,4** | **445** | **2,8** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 402 | СОК | | | | 121 | | 0,1 | |  | | | 1,2 | 5 | 0,1 |
| (сок яблочный) | | | |
| **Итого** | | | | | | **121** | | **0,1** | |  | | | **1,2** | **5** | **0,1** |
| **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 | КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗРАЗА С МЯСОМ КУР | | | | 130 | | 11,8 | | 12,8 | | | 20 | 243 | 10,5 |
| (масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, картофель, яйца куриные (шт.)) | | | |
| 2008 | 371 | СОУС ТОМАТНЫЙ | | | | 30 | | 0,9 | | 1,9 | | | 5,3 | 43 | 1,2 |
| (мука пшеничная высш.сорт, масло подсолнечное рафинированое, 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 | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **650** | | **19,8** | | **22,1** | | | **82,1** | **609** | **17,2** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | ВАФЛИ | | | | 59 | | 1,6 | | 1,8 | | | 44,1 | 202 | 0 |
| (вафли с фруктово-ягодной начинками) | | | |
| 2008 | 411 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 3,9 | | 4,2 | | | 16,4 | 119 | 0,7 |
| (сахар песок, кофейный напиток, молоко пастер. 3,2% жирности) | | | |
| **Итого** | | | | | | **259** | | **5,5** | | **6** | | | **60,5** | **321** | **0,7** |
| **Всего** | | | | | | | | **37,4** | | **50,3** | | | **193,2** | **1380** | **20,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.