|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Утверждаю** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Заведующий | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКДОУ д/с №26 | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Фролова Ю.И./ | | | | |
|  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | **11 апреля 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 | | 5,1 | | 6,3 | | | 6,5 | 103 | 0,2 |
| (молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированое, яйца куриные (шт.), мука пшеничная высш.сорт) | | | |
| 2008 |  | БУЛКА С МАСЛОМ | | | | 55 | | 2,7 | | 6,5 | | | 18,5 | 144 | 0 |
| (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое) | | | |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 200 | | 5,1 | | 5,6 | | | 18,5 | 146 | 0,9 |
| (сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, кофейный напиток) | | | |
| **Итого** | | | | | | **345** | | **12,9** | | **18,4** | | | **43,5** | **393** | **1,1** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | | | | 100 | |  | |  | | | 7,3 | 30 | 0,2 |
| (сахар песок, яблоки) | | | |
| **Итого** | | | | | | **100** | |  | |  | | | **7,3** | **30** | **0,2** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 83 | СУП МАННЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ | | | | 250 | | 2,7 | | 6,7 | | | 1,5 | 78 | 0,7 |
| (морковь, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, куры потрош. 1 категории, крупа манная, хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | | | |
| 2008 | 239 | ПЛОВ С МЯСОМ КУР | | | | 120 | | 9,4 | | 16,2 | | | 29,6 | 302 | 0,8 |
| (масло подсолнечное рафинированое, куры полупотр. 1 категории, лук репчатый, морковь, крупа рисовая) | | | |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | | | 200 | |  | |  | | | 23,4 | 93 | 0 |
| (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | |
| 2008 |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 40 | | 2,6 | | 0,4 | | | 17 | 82 | 0 |
| (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами) | | | |
| **Итого** | | | | | | **610** | | **14,7** | | **23,3** | | | **71,5** | **555** | **1,5** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 |  | СУШКА | | | | 37 | | 3,9 | | 0,5 | | | 24,6 | 118 | 0 |
| (сушки простые) | | | |
| к/к | к/к | ЧАЙ | | | | 205 | | 0,2 | |  | | | 15,1 | 61 | 0 |
| (чай черный байховый, сахар песок) | | | |
| **Итого** | | | | | | **242** | | **4,1** | | **0,5** | | | **39,7** | **179** | **0** |
| **Всего** | | | | | | | | **31,7** | | **42,2** | | | **162** | **1157** | **2,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | | | |  |  |  |  | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.